

Изменяющееся общество, ускорение мирового развития – характерные черты современности. Современное, постиндустриальное, информационное общество находится на пути усложнения, роста собственной многоликости и многогранности, ведущих к изменению его системной организации.

И в значительной степени данная тенденция обусловлена уровнем развития технологий социальных коммуникаций, которые наряду с духовным и материальным развитием обуславливают прогресс человеческого общества.

Одним из наиболее актуальных вопросов, связанных с глобальными изменениями в жизнедеятельности общества, является понимание влияния специфики развития общества на индивидуальное развитие человека с точки зрения его психологической адаптации к этому обществу.

Так, усложнение социальной среды за счет появления новых видов деятельности, модернизации ранее существующих, ускорения жизненного ритма, роста информационных перегрузок, – все это вкуче предъявляет особые требования к человеку, к его психическим ресурсам.

В психологии принято считать, что адаптация к внешней среде идет через развитие регуляторных возможностей психики. Согласно Мясищеву, психическое – это, прежде всего, система отношений, а обеспечение здоровой психики связано с особенностями взаимосвязи и взаимодействия личности с внешним миром (Баевой 2006). Таким образом, адаптация человека связывается, в некоторой степени, даже отождествляется с успешностью взаимодействия человека на уровне коммуникации с другими людьми. Это один из важнейших факторов осуществления так называемой реальной адаптации.

Адаптацию рассматривают как процесс активного приспособления человека к условиям социальной среды. Причем осуществляться этот процесс может различными способами

(Реан 2008):

- 1) активным воздействием на социальную среду, направленными на ее преобразование;
- 2) принятием норм и ценностей, характерных для данной среды;
- 3) использованием обоих перечисленных стратегий.

Также социальную адаптацию рассматривают как результат процесса приспособления к среде, т.е. в данном случае речь идет об отождествлении адаптации с определенным равновесным состоянием личности со средой.

Адаптацию можно рассматривать как поведение личности в рамках социально-значимых норм, направленное на достижение определенного социально-ролевого положения в обществе за счет осуществления общественно-полезной деятельности.

Таким образом, *процесс* адаптации обеспечивает *состояние* адаптированности.

В качестве возможных механизмов поведения личности, позволяющих ей психологически адаптироваться к стрессовым воздействиям социальной среды рассматривают механизм защиты и механизм копингов (Маликова, Михайлов, Соломин 2008)

. Причем в качестве адаптивных форм поведения рассматривают копинг-стратегии или стратегии совладания. Копинг-стратегии определяют как зрелое, гибкое поведение личности, направленное на гармоничное взаимодействие со средой. Подобное взаимодействие обусловлено:

во-первых, нацеленностью личности на разрешение проблем в долгосрочной временной перспективе, т.е. человек разрешает проблему так, что повторное ее возникновение в ближайшее время становится маловероятным;

во-вторых, по характеру инструментальной направленности, копинговые стратегии обеспечивают не только личностный комфорт на уровне “самоуспокоения”, но и направлены на изменение самой среды, социальных взаимодействий, т.е. человек активно пытается разобраться в проблеме с привлечением всех возможных ресурсов (как внутренних, так и внешних), пытается урегулировать межличностные коммуникации.

В-третьих, с точки зрения функциональной значимости, копинговые стратегии обеспечивают гармонизацию взаимоотношений между средой и личностью, межличностные коммуникации, благодаря чему регулируется также эмоциональное состояние человека;

В-четвертых, копинг-поведение базируется на рефлексии, активном поиске причин возникновения проблем, анализе ситуации, нахождении возможных продуктивных путей разрешения проблем.

На сегодняшний день копинг идентифицируют с приспособляемостью, проявляющейся в адекватности реагирования организма на внешние воздействия; в развитии мощной мотивации в отношении сопричастности к социуму; в способности личности поддерживать психическое равновесие.

Таким образом, о копинг-поведении можно сказать следующее:

А) охарактеризовать его как активное, гибкое, пластичное, зрелое, рациональное и реалистичное;

Б) рассмотреть его в качестве сознательной стратегии преодоления сложных ситуаций с целью адаптации.

Практически копинг-поведение следует рассматривать как обязательное условие для осуществления успешной адаптации.

В этой связи более подробно остановимся на стратегиях поведения, связанных с когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферами.

Предлагается выделять следующие виды копингов (Маликова, Михайлов, Соломин

2008: 119):

1. в когнитивной сфере – отвлечение, переключение, принятие ситуации как неизбежной, поиск необходимой информации для объяснения этой ситуации и ее последствий, придание знания и смысла происходящего;
2. в эмоциональной сфере – отреагирование чувств: переживание протеста, злости, временное недопущение чувств, принятие ответственности, пассивное сотрудничество, самообладание и т.д.
3. в поведенческой сфере – уход в работу, проявление альтруизма, компенсация за счет удовлетворения каких-либо собственных желаний, конструктивная активность, активное сотрудничество в изменении ситуации, поиск поддержки.

Процесс активизации копинг-поведения обусловлен когнитивной оценкой личности того или иного события как нарушающего равновесие между человеком и средой, а успешность действий по совладанию зависит от копинг-ресурсов личности (физические, социальные, психологические, материальные).

В этом ракурсе, на наш взгляд, понимание *психологической* адаптации личности связано:

Во-первых, с «адаптацией по внутреннему критерию» (Реан 2008), речь идет об односторонней, неполной, но вполне возможной форме адаптации, когда на первый план выходит не столько социально-нормативная адаптированность человека, а его самоощущение, т.е. психоэмоциональная стабильность, выражающаяся в переживании комфортности, удовлетворенности, гармонии с самим собой;

Во-вторых, с «системной социальной адаптацией», т.е. с реальной адаптацией как по внешнему, так и по внутреннему критерию, когда личность способна к самоактуализации в гармонии с реальным социумом.

С точки зрения психологической адаптации именно вопрос относительно способности личности к самоактуализации в гармонии с социумом представляется наиболее актуальным. В связи с этим необходимо затронуть проблему - насколько современное общество способствует гармоничному развитию человека, раскрытию его личностного потенциала, предоставляет возможность самореализации, самоактуализации личности в различных сферах жизнедеятельности.

В этой связи весьма интересной представляется точка зрения относительно позитивного влияния современной эпохи на человека за счет прогресса в области технологий социальных коммуникаций.

Благодаря современным коммуникациям становится возможным единение людей друг с другом, переживание ими общности с другими людьми, сопричастности к различным событиям, вовлеченности в некий единый процесс общения. (Маклюен 2003). Рассматривается возможность становления всемирной цивилизации как общества «гармоничной коммуникации и образного мышления, являющихся непременным условием формирования высших культур» (Соколов 2002: 199).

Обоснование столь оптимистичного взгляда на развитие общества в некоторой степени связано с идеями из области антропологии относительно того, что кооперативные модели поведения обеспечивают безопасность и защиту, что дает возможность социального и духовного развития человеческих способностей.

Также подобный прогноз, в некотором смысле, обусловлен представлениями о функциональной нагруженности коммуникативных систем, что отражено в одном из возможных подходов их дифференциации по содержанию. Так, предлагают различать такие коммуникативные системы как: (Викторов 2008: 537):

- 1) новационная – приобщающая потребителя информации к новым для него знаниям о свойствах и признаках явлений, объектов и процессов, о технологиях и нормах осуществления коммуникативно-личностной деятельности, актов поведения и взаимодействия, о языках, знаках и средствах коммуникативной системы, обучающая его социальному опыту сообщества или человечества в целом;
- 2) ориентационная – помогающая потребителю информации ориентироваться в системной структуре природного и социального пространства, в иерархической соотнесенности его элементов, социализирующая и инкультурирующая индивида в сообществе его проживания, формирующая его экзистенциальные и ценностные ориентации, задающая критерии оценочных суждений, приоритетов выбора и т.д.;
- 3) стимуляционная – воздействующая на мотивационные основания социальной активности людей, актуализирующая знания человека об окружающей

действительности и технологиях деятельности, а также стремление к получению недостающих знаний ради удовлетворения его социальных притязаний и др.;

- 4) корреляционная – уточняющая или обновляющая отдельные параметры перечисленных видов знаний, ориентаций, стимулов.

Как можно заметить, в глобальном масштабе бурное развитие технологии социальной коммуникации предоставляет человеку возможность развиваться, реализовывать себя в различных сферах жизнедеятельности, создает реальные условия для совершенствования

и расширения его коммуникативного опыта, способствует приобщению человека к научным

и культурным достижениям мирового сообщества.

Подобная перспектива развития общества хоть и обнадеживает, однако несколько сомнительна. На сегодняшний день остро встает проблема одностороннего развития общества за счет научно-технического прогресса, экономического роста, появления различного рода “индустрий”, тогда как наиболее значимые стороны общественного развития: уровень культуры, духовно-нравственный потенциал человека – переживают упадок, даже, в некотором смысле, деградацию. Получается, что современное общество в результате ускоренного темпа развития, усложнения, технологизации и модернизации различных видов деятельности ставит человека в ситуацию постоянного выбора, предъявляет к нему специфические требования: постоянное самосовершенствование интеллектуальной сферы по технологическому вектору развития, особенно это положение касается людей, связанных с инновационными технологиями. В то же самое время никаких реальных запросов со стороны общества по поводу развития морально-нравственных качеств человека не возникает, что в целом может привести к деформации развития общества. Э.Фромм говорил о том, что развитие общества будет определяться не только тем, что человек имеет, сколько тем, кто он есть, что он может сделать с тем, что имеет.

Более того, можно наблюдать массовую «идеологизацию сознания» людей по бездуховному вектору развития, в результате чего формируется ценностно-смысловая сфера человека определенной направленности: обесцениваются духовно-нравственные личностные качества; утрачивается ценность самой человеческой жизни; «воспеваются» ценность человека с позиции его функциональной значимости: обладает властью, имеет деньги и т.д. Подобное насаждение общественных “ценностей” становится возможным именно в результате развития коммуникативных технологий, за счет так называемых массовых коммуникаций (например СМИ, Интернет).

При подобных тенденциях развития общества рассмотрение адаптации в качестве позитивного феномена становится несколько сомнительным. В такой ситуации: несоответствия социальных норм законам общественного развития - предполагается в качестве адаптивного поведения рассматривать некоторые формы неадаптивного поведения, нацеленные на преобразование, улучшение социальных норм (Егоров 2006).

Также в современном обществе в результате совершенствования технологий социальных коммуникаций, наблюдается подмена опыта реального, непосредственного общения - опосредованным, виртуальным, что далеко не всегда позитивно влияет на развитие человека. Наблюдается тенденция примитивизации содержания коммуникации, снижение уровня «вербального интеллекта», теряется способность адекватного, эмпатичного восприятия людей друг другом.

Подобные проблемы предъявляют особые требования к психологической адаптации человека, к его умению подбирать и использовать ансамбли копинговых стратегий поведения для установления гармоничных отношений с социальной средой.