

Ժամանակակից աշխարհում նկատվում են հասարակական կյանքի զլորալացման, տեղեկատվության վերազինման, մարդու կենսագործունեության տարաբնույթ գործընթացների ակտիվացման միտումներ, որոնք բնորոշ են երրորդ հազարամյակին: Սոցիալական երևույթների փոփոխությունների և նորամուծությունների ազդեցության պարագայում փոխվում են անձի ընկալումները և վերաբերմունքը դրանց հանդեպ: Հասարակական կյանք ներթափանցած նորամուծություններն աչքի են ընկնում ոչ միայն իրենց մասշտաբայնությամբ, հանկարծակի և սրընթաց հայտնվելով, այլև վնասակար ազդեցություններով, որոնց հետևանքով անձն իրապես կորցնում է նախկինում ձևավորված ստերեոտիպերը, չի պատրաստվում ընկալելու նորամուծություններով պայմանավորված փոփոխությունները, որոնց արդյունքում ժամանակային առումով կորցնում է ապագայի իմաստն ու նշանակությունը:

Ընդհանուր հասարակական փոփոխություններով պայմանավորված՝ զարգացման անցումային փուլի հոգեբանական մթնոլորտը և նոր սոցիալական իրավիճակներն առաաջացնում են <<նորամուծության շոկ>> (<<ինովացիոն>> կամ <<փոփոխությունների շոկ>>), որն ուղեկցվում է տհաճ զգացումներով (սոցիալական դիրքի փոփոխություն, ընկերների կորուստ, զարմանք, մերժվածություն, անհարմարության զգացում և այլն), արժեքային կողմնորոշումների և անձնային նույնականության բեկմամբ ու աններդաշնակությամբ: Ինովացիոն շոկի ախտանշաններից են՝ տագնապայնությունը, ֆրուստրացիան, դեպրեսիան և անվստահությունը: Անձը կարող է այն վերապրել 3 փուլով, որպես՝

1. Ոգևորություն և բարձր տրամադրություն: Անձի կողմից դրսևորվում են աննախադեպ սոցիալ-քաղաքական ակտիվության, փոփոխությունների մեծ ցանկության, նույնիսկ կարծրատիպերի փոփոխությունից առաջացած էջֆորիայի զգացողություն:

2. Մոլորվածություն, դեպրեսիա, ֆրուստրացիա: Անձի կողմից սպասված փոփոխություններն արագ և ցանկալի արդյունքներ չեն տալիս, այլ հանգեցնում են անցումային փուլին բնորոշ անկանխատեսելի և հանկարծակի բացասական հետևանքների: Երկրի սոցիալ-տնտեսական զարգացման անբարեհարմար ֆոնի վրա այս փուլը կարող է երկար տևել և օբյեկտիվորեն խորացնել սոցիալական իրավիճակի ընկալումն ու գնահատումը:

3. Թեթևություն, բավականություն, վստահություն: Այս փուլում արձանագրվում է սոցիալական փոփոխությունների կտրուկ առաջընթաց:

Սոցիալական տարբեր կարգավիճակից և անձնային նախատրամադրվածությունից ելնելով՝ մարդիկ տարբեր կերպ են զգում <<ինովացիոն շոկի>> ազդեցությունը, որի պարագայում իրենց հոգեկան վիճակն առաջին փուլում փոխելու ունակ մարդիկ այդ ազդեցության ներգործությունը այլ կերպ են վերապրում: Պարզվում է, որ սկզբնական շրջանում արժեքների աններդաշնակության փոփոխություններով պայմանավորված՝ հոգեբանական անբարեհարմարությունները հանգեցնում են նոր արժեքների, դիրքորոշումների, վարքի մոդելների ընդունման և փոփոխվող աշխարհին հարմարման: Այս դեպքում կարելի է խոսել նաև ինքնազարգացման և անձնային աճի, անձնավորության ինքնաիրացման, ինչպես նաև փոփոխությունների ընկալման արդյունավետության մասին: Հետևաբար հասարակական բարեփոխումների առաջընթացի, հասարակության արդյունավետ զարգացման դեպքում «ինովացիոն շոկը» կարող է ընթանալ այս սխեմայի

շրջանակում՝ «Ֆրուստրացիա-հարմարում» և դիրքերի ու արժեքների «համաձայնեցում-ինքնիրացում», «անձնային աճ»:

«Ինովացիոն շուկա» արտահայտվածության աստիճանը, հարմարման տևողությունը և սխեման որոշվում են բազմաթիվ բնութագրերով: Նորին արդյունավետ հարմարումը ենթադրում է ձևավորված անձի ինքնագարգացում և ինքնաիրացում իր ամբողջականությունը չխաթարող, նոր, անձնային աճ պահանջող պայմաններում: Հետևաբար, «ինովացիոն շուկա» կարելի է դիտարկել որպես ինքնաիրացման պայման: Արդի փուլում անձի ինքնաիրացման հիմնական պայմաններից մեկը սոցիալական անկայունությունն է, որը դիտվում է տարբեր մակարդակներում՝ հասարակության, սոցիալական խմբի և անձի: Ըստ Գ.Մ.Անդրեևայի՝ սոցիալական մակարդակում անկայունությունը դիտարկվում է նորմատիվային պատկերացումների առավելագույն դրսևորումների ճգնաժամի տեսանկյունով: Գոյություն ունեցող նորմերի և արժեքների, ինչպես նաև անցյալի երևույթների գիտակցումն ինքնաբուխ հանգեցնում են ինչ-որ նոր պատկերացումների ստեղծման: Հասարակության մեջ սոցիալական անկայունության դրսևորումն ի հայտ է գալիս որպես սոցիալական ստրատիֆիկացիայի ուժեղացում: Ի վերջո նորմատիվային ճգնաժամը առնձին դեպքերում հանգեցնում է վարքի քրեական կամ հակամարդկային ձևերի տարածման:

Սոցիալ-հոգեբանական մակարդակում սոցիալական անկայունությունը դրսևորվում է մի քանի իրավիճակների սրնթաց աճով, որոնց մասին կոնկրետ խումբը չունի նորմատիվ հակազդումներ, կարգադրագրեր: Հանրությունների նոր տիպի առաջացումը սկզբունքորեն կառուցված է տարբերակային ընտրության ճկուն հիմքերի վրա: Այս պարագայում ինքնակազմակերպման և ինքնագարգացման նկատմամբ մասնակիցների համահավասար հարաբերությունները դիտարկվում են որպես խմբի ընդունակություն: Սոցիալական անկայունությունը դրսևորվում է նաև անձնային խնդիրների մակարդակում և ժամանակային առումով կապված է հեռանկարի խանգարման, տագնապայնության աճի, սոցիալական նույնականության ապակառուցման և այլ դրսևորումների հետ:

«Ինովացիոն շուկա» մարդուն դրդում է ակտիվ սոցիալական հարմարման: Անձի ակտիվությունը կարող է ուղղված լինել միջավայրին ավելի լավ և ամբողջական հարմարման՝ ի հաշիվ սեփական անձնային ներուժի: Այս պարագայում շեշտվում է ոչ միայն «Ես»-ի արժևորումը սոցիալական միջավայրում, այլև նրա ինքնափոփոխման, ինքնագարգացման և ինքնանույնականացման անհրաժեշտությունը: Փաստորեն, Կարլ Ռոջերսի խոսքերով սոցիալական հարմարման կորն առավելապես ուղղված է դեպի իրեն: Հայտնի է այն միտքը, որ մարդկանց մի մասի համար փոխվել նշանակում է ինքն իրեն նմանվել, մյուսների համար, ընդհակառակը՝ մյուսներից ոչնչով չտարբերվել:

Բոլոր դեպքերում անձնականի, ներանձնային կոնֆլիկտների և տարբեր մակարդակների սոցիալական փոփոխությունների փոխադարձ կապը և փոխհարաբերությունները բարդ են, բազմակողմանի և ոչ միանշանակ:

Այս առումով Վ.Բ.Օլշանսկին նշում է, որ «Սոցիալական հակասությունները», անհատի կյանքի ընթացքում կուտակվելով նրա «Ես»-ում (մասնավորապես, նույնականացման արդյունքում), կարող են հանգեցնել ներանձնային կոնֆլիկտի և դառնալ սոցիալական փոփոխությունների աղբյուր» (Ольшанский 1994: 196): Պարզվում է, որ սոցիալական փոփոխությունների աղբյուր կարող են լինել հիմնախնդիրը և անձնավորության կոնֆլիկտը, որոնք ինքնաբուխ չեն վերանում կայացած հասարակության սահմաններում: Հոգեկան լարվածությունը դրսևորվում է

դերային կոնֆլիկտում, ագրեսիայում, ֆրուստրացիայի դրսևորումներում, մարդու վարքի պաշտպանական հակազդումներում: Սոցիալական փոփոխության մակարդակին հասնող ներանձնային հիմնախնդրի փուլային վերարտադրումը բավականին բարդ է, չնայած պետք է կարծել, որ երկարատև և կայուն հասարակական վիճակը էապես կրճատում է անձնային զարգացման, ինքնաիրականացման և ինքնադրսևորման հնարավորությունները՝ ապակայունացնելով հասարակության ինքնազարգացումը:

Անձնավորության վրա հսկայական ազդեցություն են գործում հասարակական կյանքի բարեփոխումները, սոցիալ-հոգեբանական փոփոխությունները և ժամանակի ոգով ձևավորված նորամուծությունները: Արդի փուլում միաժամանակ և շատ կարճ ժամանակահատվածում տեղի են ունենում էական փոփոխություններ: Արդյունքում շատ նորամուծությունների իմաստը ազգաբնակչության մեծ մասի համար անորոշ է և բացառապես ընկալվում է երևույթի բացասական կողմը: «Ինովացիոն պայթյունը» մարդկանց մեջ առաջացնում է անհանգստություն, անվստահություն վաղվա օրվա հանդեպ, անորոշության զգացողություն: Սոցիալ-հոգեբանական ադապտացիան սոցիալական միջավայրի մշտապես փոփոխվող պայմաններին անհատի հարմարման շարունակական գործընթաց է, որը կապվում է անհատի կենսագործունեության և սոցիալական շրջապատի արմատական փոփոխությունների, անհատի դրդապատճառների, պահանջմունքների, անձնային տարաբնույթ որակների էական տեղաշարժերի հետ:

Բացի դրանից, ադապտացիան ոչ միայն ակտիվ հարմարման գործընթաց է, այլև նրա արդյունքը: Ի.Բ. Դերմանովան ուշադրությունը բևեռում է այնպիսի ֆենոմենների վրա, ինչպիսիք են՝ տոտալիտար գիտակցությունը և ստեղծագործական գործունեությունը (Дерманова 1996: 61):

Պարզվում է, որ տոտալիտար գիտակցության էական բաղկացուցիչ տարրերից մեկը արատավոր և ճշմարտությունների ակնհայտությունը չընդունող աշխարհի նկատմամբ սեփական ես-ի գերիշխանության զգացումն է, որի պարագայում մարդը զգում է իր պատկանելիությունը ազգությանը, տվյալ պետությանը, աշխարհին, քաղաքակրթության մեջ սեփական ընդգրկվածությունը: Այս ամենը որպես տոտալիտար գիտակցության հասարակական-մշակութային կողմ կարող է դիտվել և որպես ընդհանուր հոգեբանական մեխանիզմ, և որպես անհատական-անձնային գոյացություն: «Ես»-ը՝ որպես գիտակցության կազմակերպում, տոտալիտար գիտակցության ենթատեքստում բնութագրվում է այնպիսի իմացական հակումներով, որոնք անչափ նման են գեղարվեստական գրականության մեջ նկարագրված տոտալիտար համակարգերին: Որպես տիպական օրինակ կարելի է վկայակոչել ա/եսակենտրոնությունը (եսը որպես գիտելիքի ֆոկուս), բ/ցանկալի արդյունքների դեպքում պատասխանատվության ընդունումը, գ/անցանկալի դեպքում պատասխանատվությունից հրաժարումը և դ/կոզնիտիվ պաշտպանողական իմացական փոփոխությունների նկատմամբ կայունությունը /Ջ.Օռուել/:

Ստեղծագործող անձի առանձնահատկությունները մեծապես կապված են նրա դրդապատճառային և հուզական-կամային ոլորտի, այլ ոչ թե նրա կոզնիտիվ բնութագրերի հետ, մինչդեռ քննադատականության որակը անձնային դետերմինանտների մեջ հատուկ տեղ է զբաղեցնում «ես» պատկերը, քանի որ կապ է նկատվում ստեղծագործական ընդունակությունների և նարսիցիզմի ցուցանիշների միջև: Այս իրողությունը հաստատվում է նաև նրանով, որ ստեղծագործող անձը գերազնահատում է իրեն, հակված է բացահայտ խոսելու իր «ես»-ի մասին:

Ստեղծագործող մարդը ընդունակ է ինքնատիպ ընկալել ինքն իրեն և տարբերվել մյուսներից: Եթե անհատի կողմից գերիշխանության ձգտումը չի հաջողվում իրականացնել ընդունելի միջոցներով, ապա մրցակցությունը վերաճում է նյարդայինի, որը սոցիալական շրջապատի հանդեպ ադապտացիայի ծայրահեղ դեպք է՝ հիմնված տվյալ կոնկրետ մոտիվի վրա:

Ադապտիվ գործընթացների ակտիվացումը հաճախ հանգեցնում է սթրեսային վիճակների գոյացման: Որպես սթրեսային վիճակի հիմնական հատկանիշներ Լ.Վ.Կուլիկովը առանձնացնում է.

1. օրգանիզմի ամբողջական հակազդեցություն,
2. լարվածություն,
3. սպառնալիքի սպասում կամ ընկալում,
4. օրգանիզմի պաշտպանական ուժերի ակտիվացում և վերակառուցում, քանի որ

ադապտիվ հակազդեցությունները բավարար չեն (Куликов 1995: 124):

Քանի որ ցանկացած լարում սթրեսի հատկանիշ չէ, «օրգանիզմի յուրաքանչյուր գործունեություն ուղեկցվում է լարվածությամբ, գործունեության մեջ ակտիվության դրսևորումը ներկայանում է որպես լարվածության աստիճան» (Мясницев 1970: 7): Լարվածությունը՝ առանց որևէ ադապտիվ գործընթացների ակտիվացման և տազնապի բարձրացման, սթրես չէ սովորական գործողության կատարման ժամանակ, այդ պատճառով ավելի ճիշտ է խոսել «լարվածության շարժի» (աճի կամ նվազման) մասին, որը նկատվում է գերակայող դրոպապատճառի ինտենսիվության դեպքում: Սթրեսը միշտ չէ, որ դրսևորվում է լարվածության վերելքով: Թուլությունը և սպաստիան ևս սթրեսային հակազդեցության հնարավոր ձևերից են, երբ երկարատև ինտենսիվ լարվածությունը (մոտիվացիայի իջեցման պատճառով) կարող է հանգեցնել հրաժարման կամ ծայրահեղ բևեռային հուզական հակազդեցությունների (սուր աֆեկտից մինչև լիակատար անտարբերություն): Այսպիսով՝ սթրեսային վիճակի փուլային դինամիկայի որոշակի հատկանիշները (Գ. Սելյե) ընդհանուր են այն գործընթացների համար, որոնք ընթանում են ինչպես ֆիզիոլոգիական և հոգեբանական մակարդակներում, այնպես էլ, ըստ Լ.Վ.Կուլիկովի, սթրեսային վիճակը կապված է հետևյալ հիմնական գործընթացների հետ.

1. Սթրեսածին ազդեցության, որը ներգործում է սուբյեկտի վրա առանձին սթրեսի կամ ամբողջ իրավիճակի ձևով:

2. Իրավիճակի մեկնաբանման և գնահատման, ա/ իրավիճակի պահանջների, ծանրաբեռնվածության չափի, սպառնալիքի աստիճանի (բարեկեցություն, առողջություն, հեղինակություն և այլն)

բ/ օրգանիզմի և անձնավորության հնարավորություններ,

գ/ իրավիճակի պահանջների և մարդու հնարավորությունների հարաբերակցության:

3. Սթրեսային իրավիճակի վերապրման (երբ այն մեկնաբանվում է որպես սթրեսային):

4. Մթերեսային փոփոխություններ օրգանիզմում և անձնավորության մեջ, նկատի ունենք, որ հաճախ սթրեսածին ազդեցության «նշանակետ» կարող է լինել օրգանիզմի որևէ առանձին համակարգը կամ անձնավորության կողմը, նախնական սթրեսային շարժերը որևիցե օրգանի վնասվածքի կամ խանգարման, որևէ կողմի գերձանրաբեռնվածության (օր.՝ ինֆորմացիոն ծանրաբեռնվածություն), որևէ նշանակալի կապի կորստի, փոփոխության, սոցիալական որակի փոփոխության պատճառներով:

5. Աղապատացիոն գործընթացների հիմնական տեսակներից են. ա/ հակազդեցությունը, բ/ հարմարումը,

գ/ խուսափումը սթրեսածին ազդեցությունից:

Ըստ Ա.Ա.Կրիլովի և Լ.Վ.Կուլիկովի՝ ավելի բարձր իմպուլսիվությամբ և դոմինանտությամբ խմբում կայուն հոգեկան վիճակը բոլոր հիմնական չափորոշիչներով ավելի քիչ բարեհարմար է, քան ավելի ցածր ագրեսիվությամբ խմբում: 1-ին խմբի մասնակիցների մոտ բարձր է տագնապայնությունը, ավելի ուժեղ են տրամադրության տատանումները, բարձր է հոգնելու աստիճանը, ցածր է կյանքի ընթացքով բավարարվածությունը և կենսական իրավիճակների նկատմամբ ակտիվ վերաբերմունքը (Крылов, Куликов: 1995):

Մթերեսակայնության վիճակի անբաժանելի մասն են կազմում անձնավորության կամային հատկությունները, որը հաստատվել է նաև Ե.Ն.Իգնատովայի, Լ.Վ.Կուլիկովի, Մ.Ա.Ռոզանովայի փորձարարական հետազոտություններում: Վերջիններիս մեջ ընդգրկված է սոցիալական սթրեսների մի ամբողջ շարք կապված՝

- ամենօրյա նյարդայնացնող իրադարձությունների,
- սոցիալական դեպրիվացիայի կամ մեկուսացման,
- ծանր կենսական իրավիճակների (հիվանդություններ, մտերիմ մարդկանց մահ, նրանց կողմից վերապրվող դժվարություններ),
- աշխատանքի կորստի սպառնալիքի,
- միջանձնային հարաբերությունների խանգարումների (հուզականորեն նշանակալի),
- նյութական ապահովվածության դժվարությունների,
- հասարակության, կազմակերպության, խբի մեջ անձնավորության կարգավիճակի ազդեցության հետ:

Ամբողջ հոգեկան կարգավորման կարևորագույն օղակը սեփական «ես»-ի նկատմամբ անձի վերաբերմունքն է: Այսպիսով՝ սեփական սոցիալական և պաշտոնական կարգավիճակի մասին ունեցած «ես»-ի պատկերացումները, սեփական սոցիալական «ես»-ի ամբողջական պատկերը անձնավորության ինքնավերաբերմունքի անհրաժեշտ տարրերից են: Անձնավորության սոցիալական դերերի և նրա «ես»-ի ներդաշնակությունը կամ կոնֆլիկտայնությունը առավելապես որոշում են անձնավորության վարքը և նրա հոգեկան վիճակի առկա դրսևորումները:

Ըստ Լ.Վ.Կուլիկովի տվյալների՝ ամենաքիչ բարեհարմար վիճակ նկատվում է այն մարդկանց շրջանում, ովքեր զբաղված չեն մասնագիտական գործունեությամբ (կենսաթոշակառուներ, տնային տնտեսուհիներ և գործազուրկներ): Վերջիններիս մոտ

ցուցանիշները համեմատաբար բարձր են, որով էլ կարելի է բացատրել նրանց համեմատաբար երիտասարդ տարիքով կամ անգործության իրողությամբ: Սակայն առանց աշխատանք չունենալու մարդու վրա ոչ միայն ճնշող ազդեցություն է ունենում, այլև հանգեցնում է սթրեսային վիճակի (Куликков: 1995):

Զբաղված բնակչության շրջանում սթրեսային վիճակներն ավելի արտահայտված են բանվորների շրջանում: Ուղղահայաց աստիճանակարգում ուսանողների և սովորողների շրջանում ոչ բարձր մակարդակն ինքն իրեն դեռևս սթրեսային գործոն չէ, քանի որ սթրեսի ցուցանիշները միջին մակարդակի են կամ մի փոքր բարձր: Ղեկավարների սթրեսն ավելի արտահայտված է բարձրաստիճան ղեկավարների շրջանում (արտադրություն, հիմնարկների և կազմակերպությունների առաջին դեմքեր): Ավերիչ սթրեսից դուրս գալու հիմքը բարձր տրամադրությունն է՝ ինքնաիրականացման բարձր ցուցանիշներով և անձնային դիրքի ակտիվությամբ, ինչպես նաև ինքնաընդունման բարձր մակարդակը:

Ինժեներատեխնիկական աշխատողներն՝ ըստ իրենց հոգեկան վիճակի բնութագրերի, բավականին նման են միջին դասի ղեկավարներին, սակայն վերջիններիս շրջանում կա սթրեսակայունության որոշակի պաշար: Նրանց մոտ ավելի շատ է կյանքի ընթացքով և ինքնաիրացմամբ բավարարվածության միտումները և բարձր է ինքնաընդունման մակարդակը: Ինժեներատեխնիկական աշխատողների սթրեսակայունությունը կապված է ինժեներային աշխատանքի բնույթի հետ: Այդ մասին է վկայում ստեղծագործական ուղղվածության նշանակությունը, որը հետազոտված և ապացուցված է հոգեբանական հետազոտություններում:

Առավել բարեհարմար վիճակը բնորոշ է կառավարման ցածր օղակի ղեկավարներին, որոնց շարքին են դասվում բարձր որակավորմամբ մասնագետները և գիտական աստիճանով դասավանդողները: Հնարավոր է, որ ըստ պաշտոնների աստիճանակարգի տեղի ունենա սթրեսային վիճակը պայմանավորող տարբեր գործոնների ազդեցության որոշակի մարում, եթե վերանան ցածր մակարդակների ռիսկի գործոնները, և դեռևս բացակայեն բարձր մակարդակին դասվող գործոնները: Այս խմբում բարեհարմար տրամադրությունն առաջանում է առանց բարձր ինքնաընդունման, առանց սեփական «ես»-ի նկատմամբ հուզականորեն ջերմ ազդեցության:

«Ադապտացիա-դեզադապտացիա» մակարդակների միջանկյալ օղակը կարող է լինել «ռիսկի» հասկացությունը, որը հանդես է գալիս որպես ա)միջավայրի և անձնային ցուցանիշների յուրահատուկ ներդաշնակություն, բ)ոչ ադապտիվ ակտիվություն: Պարզ է, որ ռիսկը կարող է հանգեցնել ինչպես ադապտացիայի, այնպես էլ դեզադապտացիայի:

Նորարարական գործընթացներով պայմանավորված ռիսկը դիտարկվում է որպես տարբեր բնույթի և տեսակի փոփոխությունների նկատմամբ ռիսկի նոր տարբերակ, որի պահանջմունքն առաջանում է անցյալ կամ ներկա պահի դեզադապտացիայի պարագայում, սակայն ինովացիոն ռիսկի միջոցով կարելի է անցնել ադապտիվ վիճակի: Ռիսկային գործունեության անհաջողության դեպքում դեզադապտացիայի վիճակը կարող է պահպանվել կամ խորանալ:

Մեր պատկերացմամբ ադապտացիոն գործընթացը, որպես փոփոխվող պայմաններին հարմարման և նորամուծությունների նկատմամբ վերաբերմունքի գործընթաց, լայն իմաստով կարելի է դիտարկել որպես վերակառուցման, դիսպոզիցիոն համակարգի գործելու, մի ռեժիմից մյուսին անցնելու գործընթաց: Մի դեպքում դիսպոզիցիաների (դիրքերի) բարդ կազմակերպված աստիճանակարգ է, որը

«զգայուն է» փոփոխությունների հանդեպ և կարող է արագ փոփոխվել կամ վերակառուցվել: Մյուս դեպքում դիսպոզիցիաները խիստ համաձայնեցված համակարգեր են, որոն ուղղված են իրենց յուրահատուկ կառուցվածքը պահպանելուն, դանդաղ են վերակառուցվում՝ նույնիսկ ի վնաս փոփոխվող իրավիճակին միտված ադապտացիայի, սակայն ապահովում են անցյալ փուլի վերափոխման բովանդակությունը:

Վերլուծելով միջավայրի մեջ ներառվելու գործընթացը՝ Ի. Ա. Միլուպովան առանձնացնում է սոցիալական ադապտացիայի 4 հիմնական փուլ.

ա) Հավասարակշռում: Միջավայրի և անհատի միջև հավասարակշռության հաստատում, դրսևորում է փոխադարձ համբերատարության գործընթացում, մեկը մյուսի արժեքային համակարգերի և վարքի կարծրատիպերի համադրման պայմաններում:

բ) Կեղծ հարմարում: Արտաքին հարմարավածության համադրումը նրա նորմերին և պահանջներին՝ արդեն կազմավորված բացասական վերաբերմունքի պարագայում:

գ) Հարմարեցում: Նոր իրավիճակի արժեքային համակարգերի ընդունում, փոխադարձ զիջումներ:

դ) Նմանեցում: Անհատի հոգեբանական վերակողմնորոշում, նախկին հայացքների, կողմնորոշումների, դիրքորոշումների վերափոխում՝ ըստ նոր իրավիճակի (Кропоткин: 1992):

Այսպիսով, սոցիալ-հոգեբանական հարմարման գործընթացը՝ որպես փոփոխվող պայմաններին հարմարման և նորամուծությունների նկատմամբ վերաբերմունքի լայնամասշտաբ գործընթաց, բովանդակային իմաստով կարելի է դիտարկել որպես վերակառուցման, դիսպոզիցիոն համակարգում գործելու, մի ռեժիմից մյուսին անցնելու գործընթացների շարք: Մի տիպը դիսպոզիցիաների (սոցիալական դիրքերի բարդ կազմակերպում) աստիճանակարգ է, որը ոչ միայն զգայուն է փոփոխությունների հանդեպ, այլև կարող է արագ փոփոխվել և վերակառուցվել: Մյուսը՝ դիսպոզիցիաների համապատասխանեցված համակարգ է, որն ուղղված է իր կառուցվածքը պահպանելուն, դանդաղ է վերակառուցվում՝ նույնիսկ ի վնաս փոփոխվող իրավիճակի հանդեպ ադապտացիայի, սակայն ապահովում է անցյալ փուլի վերափոխման բովանդակությունը և արտահայտաձևները: