

УДК 159.9

ГРНТИ 15.81.31

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ К УСЛОВИЯМ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ¹

© 2025 г. А.А. Алдашева

** Доктор психологических наук, главный научный сотрудник
Института психологии РАН
e-mail: aigulmama@mail.ru*

В статье освещаются проблемы психологической адаптации в изменяющемся мире, рассматривается как активный процесс, направленный на расширение возможностей человека во взаимодействии с внешней средой. Обсуждаются универсальные законы и формы адаптации, сформулированные В.И. Медведевым, которые действуют на разных уровнях организации человека и проявляются в профессиональной деятельности, особенно в экстремальных условиях. Показано, что процесс адаптации характеризуется системной интеграцией психофизиологических и когнитивных механизмов, определяется четкой стадийностью развития (от поиска компенсаторных механизмов до формирования устойчивого ответа и его последующего свертывания), способностью к длительному сохранению адаптационных изменений и пластичности реагирования. Цель статьи показать, как работают механизмы законов адаптации в разных экстремальных внешних климатических, социальных и внутренних условиях, включающих нервные и гуморальные компоненты. Обсуждаются исследовательские задачи, определяющие основные направления психологии труда XXI века, такие как роль цифровизации производственных процессов и благополучие профессионала. В статье раскрываются основной принцип адаптации - самоорганизация жизнедеятельности человека в сложных системах внешней и внутренней среды, его установки и личностная структура, формирующие адаптационный ответ.

Ключевые слова: адаптация, законы адаптации, формы адаптации, искусственный интеллект, личность, стратегии поведения.

¹ Работа выполнена в рамках Госзадания № 0138-2024-0017 «Профессиональная деятельность и развитие личности человека в условиях организационных и техногенных изменений».

ВВЕДЕНИЕ

Современная наука рассматривает взаимодействие человека с окружающей средой через три взаимосвязанных компонента: биологический, социальный и психологический. Разнообразие подходов и терминологических определений понятия «адаптация» позволяет говорить не только о многосторонности, универсальности класса адаптивных явлений, но и о сложности для однозначной трактовки, раскрывая расхождения в определении сущности феномена. Исследование понятия «адаптация» носит междисциплинарный характер, и связано с изучением механизмов приспособления к изменяющимся внешним и внутренним условиям. Первоначально термин использовался в биологии для описания морфофизиологических и поведенческих изменений, способствующих приспособлению организма (биологического существа) к устойчивым и изменяющимся условиям внешней среды, физическим условиям и обеспечивающих выживание (Ж.-Б. Ламарк, Ч. Дарвин). В процессе развития науки понятие «адаптация» расширяется помимо биологического аспекта и изучения физиологических регуляторных механизмов, имеющих большое значение для решения прикладных проблем психофизиологии, медицинской психологии, эргономики и другие. Внимание обращает и психологический аспект, раскрывающийся в процессах и состояниях адаптации человека как личности к обществу в соответствии с собственными потребностями, мотивами и интересами.

Ранние исследования, уходят корнями во времена античных философов. Эмпедокл (Античная философия, 1976) рассматривал выживание как результат целесообразной организации, тем самым предвосхищая идеи естественного отбора. Аристотель связывал адаптацию с целесообразностью живых организмов (Ламбина, Неволлина, 2019). В XIX веке Ж.Б. Ламарк и Ч.Р. Дарвин предложили конкурирующие теории адаптации: Ламарк акцентировал внимание на наследование приобретённых признаков, Ч. Дарвин полагался на естественном отборе (Simonet-Umaña, 2010). Рассматривая адаптацию как фактор эволюционного развития, А.Н. Северцов предложил определение понятия

адаптация как «комплекс изменений, ведущих к процветанию видов, их устойчивости и развитию» (Северцов, 2011). Главным в данном подходе является первое упоминание роли психического в эволюционных процессах. В рамках эволюционной парадигмы И.И. Шмальгаузен вводит понятие адаптогенеза. Автор впервые говорит о возможных негативных эффектах адаптационных процессов на примере накопления мутационных изменений в организме (Шмальгаузен, 1942).

Начало XX века знаменуется исследованиями адаптации, в нейрофизиологии выделяются несколько ее принципиальных аспектов: целевая направленность, динамический характер и системность. В рамках физиологического подхода адаптация рассматривается как сложный процесс поддержания устойчивости организма в условиях изменяющейся среды. Основополагающей в данный период выступает концепция гомеостаза, разработанная У. Кенноном (Cannon, 1932) на базе более ранних представлений К. Бернара (С. Bernard), о постоянстве внутренней среды как фундаментальном условии жизнедеятельности (Bernard, 1878). Абсолютное постоянство является скорее теоретической абстракцией — в реальности наблюдаются их закономерные колебания (флюктуации) вокруг оптимальных значений, пишет У. Кеннон (Cannon, 1932), эти колебания могут быть обусловлены:

1. Внешними циклическими воздействиями;
2. Внутренними ритмическими процессами;
3. Кратковременными случайными факторами.

Отмечается, что важной особенностью гомеостатической регуляции является иерархическая организация управляющих систем: простые отклонения параметров корректируются локальными механизмами, тогда как значительные или продолжительные изменения требуют активации комплексных регуляторных “каскадов”, включающих нервные, гуморальные и гормональные компоненты (Медведев, 2003).

Отдельного внимания заслуживает открытие законов эмоций в целостном адаптивном поведении, которое является исторической заслугой великих физиологов

И.П. Павлова и У. Кеннона. Оба исследователя рассматривали категорию адаптации как отличную от системы понятий психологии сознания, с одной стороны, так и нейрофизиологии - с другой (Ярошевский, 1995).

Середина XX века знаменуется интересом к изучению механизмов стресса. Канадский ученый Г. Селье представил миру теорию общего адаптационного синдрома, которая стала революционной в понимании механизмов адаптации (Селье, 1960). Параллельно с исследованиями в области биологии и физиологии в психологии идут активные поиски механизмов психологической адаптации. Так, в психоаналитическом подходе адаптация рассматривается как сложный комплексный процесс приспособления к стрессовой ситуации с использованием защитных механизмов и бессознательных стилей реагирования. Когнитивистская точка зрения (Ж. Пиаже, Л. Фестингер) определяла адаптацию, как некоторый процесс приспособления организма к среде и достижения гармоничного равновесия с ней. Согласно теории Ж. Пиаже, адаптация предполагает по сути два противоположных понятия: ассимиляцию и аккомодацию (Пиаже, 1994). Л. Фестингер не говорил напрямую про адаптацию, однако стремление человека к уменьшению диссонанса и восстановлению внутренней гармонии можно рассматривать как форму психологической адаптации к противоречиям (Фестингер, 2018), включающую механизм познания окружающего мира в его многообразии (Соколова, 2014). Интеракционистский подход в исследованиях Т. Шибутани позволил провести различия между понятиями «адаптация» (adaptation) и «приспособление» (adjustment). Отметив, что каждая личность характеризуется комбинацией приемов, позволяющих справляться с затруднениями, которые могут рассматриваться как формы адаптации. В отличие от понятия «приспособление», которое относится к тому, как организм приспособливается к требованиям специфических ситуаций, адаптацию характеризует способы справляться с проблемными ситуациями (активность), путем выбора приспособлений действий (Шибутани, 2002). Выбор стратегии не является каким-то устоявшимся паттерном поведения и во многом зависит от опыта удачного

способа принятия решения на основе анализа поступающей информации и её сложности (Карпов, 2014, Стрелков, 1992). Рефлексия успешного опыта позволяет сменить индивидуальную стратегию, что согласуется с теориями функциональных систем и обратной связи (Миллер, Галлантер, Прибрам, 1965)

Исследования показывают, что адаптация человека представляет собой комплексный процесс, на который существенно влияют индивидуально-личностные особенности, включая тревожность, мотивационную и другие сферы (Kobaza, 1979). Практически все теории адаптации придают особое значение эмоциональным состояниям, которые реализуют ряд регуляторных функций поведения — оценочную, организующую, защитную, мобилизационную и другие. Как отмечают Т. Million и С. Aldwin, высокая тревожность снижает эффективность адаптационных механизмов и влияет на стратегии совладания со стрессом (Aldwin, 1994; Million, 1982). Задача личности в адаптации, как пишет С.Т. Посохова, заключается в выборе направления или «угла наклона» в зависимости от мироощущения и видения происходящего, от понимания себя в ситуации (Посохова, 2001). В структуре и механизмах регуляции процесса главная роль принадлежит поведенческим формам. Осознание необходимости изменения форм поведения, активное воздействие на среду, ее преобразование в нужном для человека направлении, пожалуй, важнейшая сторона адаптации для человека.

СИНОНИМЫ АДАПТАЦИИ

В литературе нередко «адаптация» рассматривают как «приспособление», «привыкание», «аккомодация» и другие процессы и состояния. Наиболее распространённым понятием в контексте адаптации и адаптационных процессов является «приспособление». Синонимичность использования понятий объясняется происхождением самого слова «адаптация», от лат. *adaptatio* — «приспособление», введённого в качестве термина в XVIII веке Х. Аубертом (H. Aubert) для описания изменений светочувствительности глаза, а позднее расширенного до общебиологического понятия как «приспособительных процессов в природном мире» (Соколова, 2014).

Приспособление рассматривается в биологии, как соответствие (процесс, приводящий к такому соответствию) между живой системой (или ее частью) и внешними по отношению к ней условиями. Под приспособлением понимается, как процесс, так и его результат — приспособленность живой системы, т.е. организм отвечает приспособительной реакцией только на такие условия среды, которые уже встречались в истории вида и зафиксированы в наследственном материале данного индивида. Если организм встречается с условиями впервые, то его структурная реакция не является приспособительной (Философская энциклопедия, 1967). Приспособление с социально-психологической позиции рассматривается как реакция обеспечивающая быстрое решение в ситуации многозадачности, в которых человек выступает в двуединстве, как индивид и как личность. Сложность объяснения реакции приспособления связано с тем фактом, что в круг отношений «человек — среда» включаются разнообразные мотивы, социальные, профессиональные, личные и др. (Медведев, 2003).

Акклиматизация, процесс приспособление организмов к новым условиям существования после территориального, искусственного или естественного перемещения с образованием стабильных воспроизводящихся групп организмов (популяций) (Медведев, Алдашева, 2018). В конечном счете акклиматизация живых существ опирается на их способность к адаптации, которая во многих случаях может быть сведена к действию элементарных физико-химических факторов окружающей среды. В литературе, механизм акклиматизации представляет сложное сплетение климатогеографических факторов, что выяснение роли каждого из них в отдельности может оказаться совершенно невозможным (Большая медицинская энциклопедия. 1974). Акклиматизация рассматривается как составная часть адаптации, приводящая к генетическим изменениям вида в географическом ареале. Так исследованиями С.Г. Кривошекова, В.П. Казначеева, М.М. Миррахимов, Ф.З. Меерсон, Ф.Ф. Султанов и другими было показано, что у аборигенов климатических зон, активно акклиматизированных к условиям Высокогорья, Аридной зоны. Севера наблюдается

изменения в тканях, сердечно-сосудистых, терморегуляции и других системах. В частности, образование бурого жира у людей, проживающих в условия Крайнего Севера, как ответ на изменение внешней среды. Психологическими изменениями при акклиматизации можно считать некоторые заимствованные формы поведения и привычки аборигенов, в том числе и образа жизни, например, пить только зеленый чай и носить одежду определенного стиля в Аридной зоне.

Привыкание (габитуация) это постепенное уменьшение ответной реакции как результат продолжающийся или повторяющейся стимуляции в нормальных условиях (не сопровождается подкреплением стимула) (Энциклопедический словарь по психологии и педагогике. 2013). Привыкание свойственно всем живым существам, его следует отличать от сенсорной адаптации, представляющей собой процессы, происходящие с сенсорными органами. Привыкание — это выработка ответной реакции на стимул. В отличие от сенсорной адаптации может осуществляться как сознательно, так и неосознанно. Определяющими параметрами являются частота и интенсивность стимула. Привыкание один из видов реакции оптимизации в системе «среда — организм», оно связано с непродолжительным изменением состояния т.е. реактивностью организма и возврату к исходному уровню.

Адаптированность Результат процесса адаптации определяет готовность действовать безошибочно и без негативных сдвигов в функциональном состоянии в продолжении всего рабочего времени. Полная профессиональная адаптированность требуемого уровня профессиональных знаний, навыков, умений при требуемом уровне физической, операторской и психической работоспособности и отсутствии заболеваний (Временное положение по психофизиологическому обеспечению надежности профессиональной деятельности и сохранению здоровья персонала энергетических предприятий. РД 153-34.0-03.503-00"(утв. Минздравом РФ, РАО "ЕЭС России" 18.06.2000)).

Совладание это процесс регуляции субъектом эмоционального и интеллектуального напряжения с целью психологической адаптации к внешним обстоятельствам, в котором на разных его этапах субъект использует различные стратегии, иногда даже совмещая их (Анцыферова, 1994). Т.Л. Крюковой дается определение совладающего поведения как «...позволяющее субъекту с помощью осознанных действий способами, адекватными личностным особенностям и ситуации, справиться со стрессом или трудной жизненной ситуацией...» (Крюкова, 2004, С. 57). Адаптивность или неадаптивность стратегии совладания определяется особенностями ситуации и самой личностью. В ситуации совладания вопрос «психологической цены» достижения цели не рассматривается, в то время как адаптация предполагает достижение стабильности.

Изучение адаптации и обогащение научного знания, способствовало тому, что термин приобретал разнообразные интерпретации. Так У. Кеннон (Cannon, 1932) акцентировал внимание на защитной функции адаптации и метаболической интеграции, И.В. Давыдовский подчеркивал принцип эквифинальности, имеющий глубокие биологические корни приспособления, т.е. возможности достижения стабильности разными путями (Давыдовский, 1962). Адаптация по Г. Гегелю, рассматривалась как идея развития через *самоизменение*: объект порождает «свое иное», которое, взаимодействуя с исходным основанием, перестраивает его, формируя новое целое (Патырбаева, 2012). Впоследствии данный подход, послужил основой для последующих трактовок адаптации, в частности в синергетическом подходе изучающей возникновение упорядоченных нестабильных систем из хаоса и их эволюцию. С точки зрения гегелевской философии, этот процесс можно рассматривать как форму адаптации (процесс самоорганизации нелинейных систем). В экзистенциальном подходе к адаптации Ж.-П. Сартр предложил принципиально иную трактовку феномена, рассматривая его как процесс *смыслопорождения*. Согласно воззрениям Ж.-П. Сартра, адаптация осуществляется через наделение элементов среды личными смыслами.

Особенностью данного подхода является перенос акцента с объективной реальности на ее субъективное восприятие (Сартр, 1989).

ФОРМЫ АДАПТАЦИИ

Особый интерес представляют адаптационные реакции организма на неблагоприятные воздействия значительной интенсивности (экстремальные условия), которые нередко возникают в различных видах профессиональной деятельности, а иногда и в повседневной жизни людей; совокупность таких реакций называется адаптационным синдромом. Г. Селье в теории общего адаптационного синдрома (ОАС) выделил стресс как неспецифический механизм адаптации, состоящий из трёх стадий: мобилизации, устойчивости и истощения. Таким образом продемонстрировав, что стрессовые реакции, первоначально нарушающие гомеостаз, постепенно исчезают по мере формирования устойчивой адаптации, выполнив свою функцию в адаптационном процессе. Это подтверждает эволюционную роль стресса как важного, хотя и неспецифического, компонента сложного и комплексного механизма адаптации (Селье, 1960).

Большую роль в развитии регуляции адаптационных процессов играют поведенческие формы адаптации, позволяя человеку не только приспосабливаться к среде, но и активно преобразовывать ее, целенаправленно воздействовать как на внешнюю, так и внутреннюю среду, согласовывать противоречие их требований. В.И. Медведевым выделил четыре основные формы поведенческой адаптации (Медведев, 1979):

1. *Превентивная адаптация* (глобальные изменения активности, избегание или поиск новых условий);
2. *Стабилизационная адаптация* (коррекция поведения при сохранении общей структуры)
3. *Социально-обусловленные формы* (трансформация среды)
4. *Личностно-обусловленные формы* (изменение мотивационной и эмоциональной сфер).

Смена форм автором рассматривается как сложный многоуровневый процесс, особенно значимый в профессиональной деятельности, проявляется в способности находить баланс между внешними требованиями и внутренними возможностями через различные поведенческие стратегии - ключевыми условиями успешной адаптации (Медведев, 2003).

ЗАКОНЫ АДАПТАЦИИ

Увлеченность исследованиями разных видов адаптации позволили В.И. Медведеву сформулировать универсальные «законы адаптации», в основе которых лежит представление о жизни человека как о непрерывном взаимодействии субъекта и окружающей среды, при этом среда — это не только мир физических объектов, но и нематериальное его содержание (духовные аспекты и т.д.). В законах постулируется двусторонность процесса адаптации как *активного* (человек влияет на среду) и *пассивного* (среда влияет на человека). Ведущая роль адаптации в работах В.И. Медведева отводится сознанию - регулятору поведения, отношений и поступков, которые могут вступать в конфликтные отношения, а личность должна разрешать не только противоречия между собой и своей жизнью, но и противоречия в своем сознании. Противоречие (конфликт) — это механизм, запускающий адаптационный процесс. Автором было описаны универсальные законы адаптации человека (Медведев, 2003).

1. **Приоритета.** Адаптационный ответ организма по мере своего развития приобретает характеристики функциональной доминанты, что проявляется в подавлении конкурирующих адаптационных механизмов и во включении в свою структуру взятых из них отдельных элементов. Например, начальный период адаптации приоритет отдается биологическим потребностям, что формирует поведенческие реакции, направленные на сохранение организма.
2. **Обоюдность изменений.** Адаптация является целостной реакцией, затрагивающей вегетативные, сенсорные, двигательные и поведенческие механизмы.

3. **Снятие лимитирующих факторов.** Адаптация расширяет допустимые пределы изменений ряда функций, вызывая обязательное включение внешних систем регулирования для вегетативных компонентов.
4. **Ожидание худшего.** Новая программа адаптации рассчитана на худшие условия, что проявляется в стадии гипермобилизации: организм мобилизует дополнительные резервы для преодоления потенциально более сложных и экстремальных ситуаций. Происходит это в ситуации, когда существующие адаптационные возможности оказываются несостоятельными. Его проявление может возникнуть в циклических видах деятельности.
5. **Экономизация.** Поведенческие реакции направлены на минимизацию встречи с адаптогенными факторами, т.е. обуславливают те формы превентивной адаптации, которые классифицируются как преферендум. Проявлением экономизации может быть редукция тех или иных функций, которые определяются как ненужные.
6. **Закон следа, или Обратимость адаптации.** Адаптационная система, возникшая однажды, сохраняется в виде следа, позволяя быстро восстановить адекватное состояние при повторной встрече с фактором.
7. **Концептуальная модель.** Адаптация формируется на основе факторов, сформированных в сознании человека (моделей поведения), включая опыт, цели и стратегии поведения.

Закон концептуальной модели — это комплексное представление человека об окружающем мире и своем месте в нем. КМ определяет направление выбора форм деятельности, поведения и адаптационных стратегий, механизмов саморегуляции. В процессе выбора и реализации стратегий поведения, субъект адаптации получает «обратную связь» об успешности или не успешности выбранной стратегии, позволяющий корректировать поведение на основе промежуточных результатов (Миллер, Галантер, Прибрам, 1965).

Важным фактором выбора оптимальной стратегии является рефлексивность — опираясь на свой или коллективный опыт, человек может использовать социально-нормативные стратегии, как наиболее экономичные и безопасные, создавая индивидуальные на их основе. Оптимальность таких стратегий определяется «минимизацией цены за адаптацию». Примером является модель Т.О.Т.Е. (test, operate, test, exit), впервые представленная в 1960 г. Дж. Миллером, Е. Галантером и К. Прибрамом (Миллер, Галантер, Прибрам, 1965). Заимствованная из кибернетики модель описывает целенаправленное поведение через циклический процесс обратной связи, используется, в том числе, для описания гомеостатических процессов (например, регуляция температуры тела, нагрузки и др.) и анализа процессов принятия решений и коррекции поведения.

Таким образом, адаптация человека в изменяющемся мире рассматривается как активный процесс, направленный на расширение возможностей человека во взаимодействии с внешней средой.

ЗАКОНЫ АДАПТАЦИИ К СОЧЕТАННЫМ ФАКТОРАМ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Деятельность человека всегда происходит во взаимодействии с внешней средой, примером, служат эксперименты со спелеологами, в которых было показано, что в условиях полной изоляции от естественных световых и температурных циклов сохраняли суточную ритмику как на физиологическом, так и на когнитивном уровне — их сознание продолжало четко разделять время на «день» и «ночь» (*Закон приоритета. Снятие лимитирующих факторов внешней среды*).

Как показал в своих исследованиях на полярниках антарктических экспедиции А.А. Айдаралиев, А. Л. Максимов, характеристики субъективных суточных циклов (регистрируемых по физиологическим и психологическим показателям) напрямую зависели от управляющей роли лидера группы в изолированной среде (Айдаралиев, Максимов, 1988). (*Закон экономизации*).

Исследованиями А.А. Алдашевой и М. Мусурманкулова показано, что люди с низкой устойчивостью к гипоксии в высокогорье (по Р. Баевскому) демонстрируют пассивные формы адаптации, такие как конформное поведение, которые по мере достижения физиологической адаптации возвращаются к индивидуально-типическим стратегиям поведения. (*Закон приоритета*) (Алдашева, 1984).

На примере деятельности полярников в условиях Антарктиды выделены три типа адаптивного поведения, связанные с уровнем пластичности нервной системы. Люди с высокой пластичностью нервной системы демонстрируют устойчивые психофизиологические характеристики, включая эмоциональную стабильность и повышенную работоспособность. Эти свойства обуславливают их адаптационный профиль, направленный на поддержание как общего психофизиологического состояния, так и профессиональной продуктивности, которая в свою очередь, подкрепляется комплексом личностных качеств: ориентацией на лидерство, коммуникативной активностью, инициативностью в установлении социальных контактов, ориентацией на коллективные интересы. Однако при возникновении ситуаций, угрожающих групповой динамике, сочетание высокой самооценки с поведенческой ригидностью может приводить к эскалации конфликтных взаимодействий. В таких случаях наблюдается активизация всего спектра конфликтных стратегий — от вербальной конфронтации до демонстрации игнорирования (*Закон снятия лимитирующих факторов*) (Алдашева, 1984; 1995).

Для лиц с ограниченными адаптационными возможностями нервной системы характерны повышенная уязвимость к воздействию природных стрессоров (гипоксия, холод), социально-психологических факторов (изоляция, депривация), частыми проявлениями дезадаптации становятся невротические реакции, снижение продуктивности (качество труда) и «срыв деятельности» (*Закон экономизации*) (Алдашева, 2014).

Исследования М.М. Миррахимова и А.А. Айдаралиева подтверждают *Закон следа или Обратимости адаптации*, согласно полученным авторами результатам, адаптационное поведение в высокогорных условиях (3200 м над уровнем моря) демонстрирует выраженную зависимость от индивидуальной устойчивости к факторам среды (Миррахимов, Айдаралиев, Максимов, 1983). Наибольшие изменения адаптационных стратегий наблюдаются у лиц с пониженной физиологической резистентностью к гипоксии. На уровне поведения у лиц с низкой гипоксической устойчивостью проявлялось усиление конформных стратегий взаимодействия и направленность на коллективные формы адаптации. В начальный период адаптации низко устойчивые лица предпочитали пассивные формы личностной адаптации «растворяясь» в ценностях и требованиях коллектива, однако к 30-му дню, пребывания в условиях высокогорья различий по показателю не было обнаружено с группой лиц устойчивых к высокогорной нагрузке (Алдашева, 1984).

Закон ожидания худшего показан на примере деятельности специалистов ВМФ в цикле «берег—море—берег». Цикличность деятельности требует постоянного переключения между различными адаптационными состояниями (закон обратимости), что в контексте профессиональной деятельности — переход между береговыми и морскими условиями — создает комплексные адаптационные вызовы. Он характеризуется не только значительными физическими нагрузками (техническая подготовка судна), но и выраженными психоэмоциональными напряжениями. Эти факторы в совокупности формируют специфическую картину психологической адаптации, где физиологические и психические компоненты тесно взаимосвязаны (Алдашева, 1995). Исследованиями показана особенность поведенческих реакций среди офицеров высшего звена — склонность к фаталистическому восприятию профессиональных и бытовых ситуаций, который проявляется в устойчивой тенденции прогнозировать наиболее неблагоприятные варианты развития событий как для себя, так и для подчиненных. Именно этот фаталистический паттерн мышления, в данном случае,

оказывается адаптивным в контексте военной службы. Ожидание худшего обеспечивает сохранение когнитивных функций при высоком напряжении, поддерживая мобилизационную готовность и, как следствие, быстрое переключение между различными режимами деятельности (*Закон ожидания худшего*) (Алдашева, 1995; 2013).

Закон экономизации возможно рассмотреть на примере исследования условий пребывания экспедиционных групп в Антарктиде позволили выделить три адаптационных типа: активные (постоянные участники общественных мероприятий), рациональные (выполняли задания по необходимости) и экономные (минимальная потребность в социальной активности) (Алдашева, 1984). Для иллюстрации закона экономизации особый интерес представляет группа с «экономным типом поведения», состоящая из лиц с низкой пластичностью нервной системы. Как показывают исследования С. И. Сороко, именно эта категория испытывает наибольшие трудности адаптации к монотонной социальной среде (Сороко, 1984). Для них характерны формализация поведения, избегание доверительных отношений и низкая эмоциональная вовлеченность (Алдашева, 1984).

В исследовании А.А. Алдашевой и О.В. Рунец, посвященном изучению оснований для принятия решений в неопределенности и сложности профессиональной деятельности. Было выделено три типа представлений о способах преодоления неопределенности: 1- тип предполагает ориентацию на поиск информации для принятия решения (*закон концептуализации*), 2- тип направлен на совершенствование ПВК (*закон концептуализации*); 3- тип характеризуется направленностью на принятые нормы и алгоритмы, снижающие негативные переживания, вызванные неопределенностью профессиональной ситуации — *закон экономизации* (Алдашева, Рунец, 2022). Подобные типы представлений о способах преодоления неопределенности были установлены в исследованиях стратегий поведения фельдшеров выездных бригад скорой медицинской помощи (Алдашева, Рунец, 2015; Рунец, 2018). Первый тип проявлялся в

стратегии, заключающейся в опоре на себя и свое видение вне зависимости от ситуации (*Закон концептуализации*) Второй - подразумевал соотнесение стратегии поведения в зависимости от ситуации. В типичной следование алгоритму, в экстренной с опорой на свой опыт и опыт других (*Закон концептуализации*) . Третий - направленностью на редуцирование экстренной ситуации до прописанной в алгоритмах лечения, прослеживалась тенденция к избеганию контактов с экспертами, контроль себя и своих действий (*Закон экономизации*).

Исследования, проведенные в период эпидемии COVID-19, позволили выделить четыре стратегии адаптивного поведения в чрезвычайных ситуациях. Показано, что работающие по найму респонденты, не планирующие смену работы в условиях чрезвычайной угрозы ориентируются на нормативность в поведении и избегают в трудной ситуации брать ответственность (*Закон экономизации*). Планирующие поиск новой работы характеризуются ориентацией на принятие взвешенных решений в условиях кризиса, готовы сменить работу если чувствуют, что их опыт не востребован (*Закон концептуализации*). Самозанятые, не планирующие поиск новой работы, характеризуются ориентацией на поиск информации, следят за развитием ситуации и готовы планировать свое будущее (*Закон концептуализации*), характеризуются удовлетворенностью результатами собственной деятельности. Безработные, не планирующие поиск новой работы, характеризуются неуверенностью в себе, отмечают что опаздывают с принятием решения, будут работать если условия труда будут их удовлетворять (*Закон экономизации*).

Актуальная ситуация развития общества в XXI веке связана с ускоренным развитием информационных технологий - новый этап в развитии психологии. М. Кастельс в своем фундаментальном социально-теоретическом исследовании посвященному переходу человечества к информационной эпохе приходит к заключению, что для современного общества «сетевых структур» характерны глобализация производства и потребления, электронные средства ведения бизнеса и другие (Кастельс,

2000). Используя обширный статистический и историографический материал, М. Кастельс приходит к нескольким обобщениям, которые относятся к трансформации занятости на пороге информационного общества, что ставит новые задачи для психологов. Автор полагает, что традиционная форма работы такие как: полный рабочий день, четко определенные должностные обязанности размываются. В настоящем четко прослеживается ориентации экономики на индивидуализацию труда (там же), как один из возможных источников психологического неблагополучия, связанного с ролью информационных технологий (Войскунский, 2008; 2020; Тхостов, Сурнов, 2006).

Исследователями выделяют новые тенденции, на первый план выходят глобальные проблемы, такие как транзиторность, неопределенность и мобильность условий профессиональной деятельности (Н.А. Мартянова, М.Н. Макарова, Т. Parsons), как условия, сочетающиеся с необходимостью внедрения инноваций и перестройкой организации производства, рост профессий, ориентированных на предоставление услуг в экономике. Смещение рынка труда, вызванные этими процессами, приводит к изменениям представлений о проблемном поле профессиональной адаптации.

Развитие технологий информационных систем и вопросы моделирования человеческого поведения и познания следует рассматривать как обоюдный процесс взаимодополнения, поскольку изменяются технологии и многие сферы деятельности оказываются под их влиянием. Настоящая реальность наполнена многообразием гаджетов, выступающие сложными культурными орудиями, становящиеся частью самой структуры личности, изменяя стиль жизни, формы взаимодействия и системы ценностей, что формирует новый тип идентичности в условиях цифровой трансформации (Солдатова, Илюхина, 2025). В работах, выполненных Г.У. Солдатовой с коллегами выделены новые типы личности, описаны основные характеристики и проанализирована специфика идентичности и возможные риски ее конструирования для каждой.

Обсуждены стратегии преадаптивных векторов трансформации типов идентичности (Солдатова, Войскунский, 2021; Солдатова, Чигарькова, Илюхина, 2014).

Стремительное развитие технологий искусственного интеллекта в последнее десятилетие привело к тому, что их имплементация становится приоритетной задачей во многих отраслях и сферах деятельности. Методами машинного обучения стало возможно выявлять закономерности поведения на основе различных данных: речи, активности в социальных сетях, физиологических показателей в процессе деятельности. Особое место занимает распознавание намерений участников общения, что создаёт новые возможности для построения и прогнозирования моделей коммуникации (Ушаков, 2024). Описание закономерностей поведения технологически достроенной сложными цифровыми орудиями-средствами, как важнейший результат современного этапа социальной и когнитивной эволюции человеческой психики в условиях цифровых трансформаций позволяет выделить новые стили профессиональной адаптации. В связи с этим возникает необходимость разработки комплексных психологических и организационных вопросов, способствующих адаптации специалистов к новым условиям труда.

Показано, что возможность искусственного интеллекта (ИИ) объективно анализировать метаданные помогает преодолевать индивидуальные психологические барьеры специалистов по подбору персонала и нанимающих менеджеров при принятии решения о приёме на работу (Qamar et al., 2021). Современная цифровизация здравоохранения, в частности внедрение ИИ в диагностические процессы, вызывает существенные изменения в профессиональной деятельности врачей-рентгенологов. Техническая модернизация (аппаратно-программных комплексов), предполагает трансформацию психологических и социальных факторов труда, профессиональную идентичность и принятие ответственности. Внедрение ИИ в профессиональную деятельность должно сопровождаться мерами по сохранению чувства удовлетворенности трудом профессионала, основанном на возможности самореализации и доверия к себе и новым технологиям при сохранении психологического благополучия персонала.

Теоретический анализ и профессиографическое описание позволили выделить ряд возможных рисков возникающих при взаимодействии врач-рентгенолог - ИИ: психологические (снижение удовлетворённости трудом из-за утраты роли эксперта, рост тревожности по поводу возможного замещения ИИ, потери квалификации и др.), организационные (изменение распределения ответственности между врачом и ИИ, деформация профессиональных ролей), коммуникативные (технологизация общения в команде, возможность сбора клинического анамнеза, формализация врачебного разбора и др.). Особого внимания требует изучение потенциальных конфликтов между этическими нормами медицинской профессии и алгоритмическими решениями ИИ.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Психологическая адаптация в изменяющемся мире рассматривается как активный процесс, направленный на расширение возможностей человека во взаимодействии с внешней средой. Традиционно основе адаптационного ответа лежат особенности саморегуляции личности, отражающие универсальные законы адаптации, сформулированные В.И. Медведевым. Эти законы действуют на разных уровнях организации человека и проявляются в профессиональной деятельности, особенно в экстремальных условиях. Процесс адаптации характеризуется системной интеграцией психофизиологических и когнитивных механизмов, определяется четкой стадийностью развития (от поиска компенсаторных механизмов до формирования устойчивого ответа и его последующего свертывания), способностью к длительному сохранению адаптационных изменений и пластичности реагирования. Ключевым понятием адаптации является принцип самоорганизации жизнедеятельности человека в сложных системах, его установки и личностная структура, формирующие адаптационный ответ.

ЛИТЕРАТУРА

- Античная философия: учебное пособие для философских факультетов и отделений университетов / В.Ф. Асмус ; [науч. ред. И. С. Нарский]. 2-е изд., испр. и доп. Москва : Высшая школа, 1976. С. 539-541.
- Андыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15, № 1. С. 3-18.
- Алдашева А.А. Особенности личностной адаптации в малых изолированных коллективах. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук. Ленинград, 1984.
- Алдашева А.А. Психологическая адаптация специалистов ВМФ к условиям деятельности: диссертация ... доктора психологических наук: 19.00.03. Бишкек, 1995. 381 с.
- Алдашева А.А. Индивидуальные стратегии адаптации // Физиология человека. 2014. Т. 40, № 6. С. 15-22. DOI: 10.7868/S0131164614060022
- Алдашева А.А., Рунец О.В. Факторы надежности специалистов летного труда в условиях неопределенности профессиональной деятельности // Южно-российский журнал социальных наук, 2023. 23(4), 45-55. DOI: 10.31429/26190567-23-4-45-55
- Айдаралиев А.А., Максимов А.Л. Адаптация человека к экстремальным условиям: опыт прогнозирования. Л., 1988.
- Большая медицинская энциклопедия / гл. ред. Б. В. Петровский. 3-е изд. М.: Советская энциклопедия, 1974—1989. Т. 1—30.
- Войскунский А.Е. От психологии компьютеризации к психологии Интернета // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 2008. № 2. С. 140-153.
- Давыдовский И.В. Проблемы причинности в медицине (этиология). М.: Медгиз, 1962.
- Кастельс М. Информационная эпоха: экономика, общество и культура: Пер. с англ. под науч. ред. О.И. Шкаратана. М.: ГУ ВШЭ, 2000.
- Карпов А.В. Психология принятия решений в профессиональной деятельности : учебное пособие. Ярославль : ЯрГУ, 2014. 164 с.
- Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения. Кострома, Изд-во КГУ им. Н.А. Некрасова, 2004. 232 с.

- Ламбина К.А. Феноменологическое исследование понятия "Социально-психологическая адаптация" / К.А. Ламбина, В.В. Неволina // Тенденции развития науки и образования. 2019. № 50-8. С. 53-57.
- Медведев В.И. Адаптация человека: монография. Санкт-Петербург: Ин-т психологии, 2003.
- Медведев В.И. Психологические реакции человек в экстремальных условиях // Экологическая физиология. Адаптация человека к экстремальным условиям среды / отв. ред О.Г. Газенко . М.: Наука, 1979. С. 625—672
- Медведев В.И., Алдашева А.А. Социальная экология. Экологическое сознание : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры. 3-е издание, исправленное и дополненное. Москва: Общество с ограниченной ответственностью "Издательство ЮРАЙТ", 2018. 335 с.
- Миррахимов М.М. Прогностические аспекты трудовой деятельности в условиях высокогорья: Аспекты работы на больших высотах / М. М. Миррахимов, А. А. Айдаралиев, А. Л. Максимов. Фрунзе : Издательство "Илим" Национальной академии наук Республики Кыргызстан, 1983. 160 с.
- Миллер, Дж., Галантер, Е., Прибрам, К. Планы и структура поведения. Пер. с англ. О. Виноградовой, Е. Хомской; под общ. ред. и с предисл. А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурия. М.: Прогресс, 1965. 238 с.
- Патырбаева Л.В. Субъект исторического процесса в философии Гегеля // Вестник Пермского университета. Философия. Психология, Социология, 2012. В.3. №11. С. 61-73.
- Пиаже Ж. Речь и мышление ребенка / Сост., новая ред. пер. с фр., коммент. Вал. А. Лукова, Вл. А. Лукова. М.: Педагогика-Пресс, 1994.
- Посохова С.Т. Психология адаптирующейся личности: Субъектный подход: диссертация. доктора психологических наук : 19.00.01. М. 2001. 393 с.
- Сартр Ж.-П. Экзистенциализм — это гуманизм // Сумерки богов / Ф. Ницше. М.: Издательство политической литературы., 1989. С.342.
- Северцов А.Н. Главные направления эволюционного процесса: морфобиологическая теория эволюции. Изд. 4-е. Москва: URSS, 2011.
- Селье Г. Очерки об адаптационном синдроме. М.:Медгиз,1960.
- Стрелков Ю.К. Психологическое содержание штурманского труда в авиации: автореферат дис. ... доктора психологических наук : 19.00.03. Москва, 1992. 34 с.
- Соколова Ю.А. Генезис понятия "адаптация" // Интеллект. Инновации. Инвестиции. 2014. № 3. С. 93-99.

- Солдатова Г.У., Войсунский А.Е. Социально-когнитивная концепция цифровой социализации: новая экосистема и социальная эволюция психики // Психология. Журнал Высшей Школы экономики. 2021. Т. 18, № 3. С. 431–450. DOI: 10.17323/1813-8918-2021-3-431-450
- Солдатова Г.У., Чигарькова С.В., Илюхина С.Н. Метаморфозы идентичности человека достроенного: от цифрового донора к цифровому кентавру // Социальная психология и общество. 2024. Том 15. № 4. С. 40—57. DOI: 10.17759/sps.2024150404
- Солдатова Г.У., Илюхина С.Н. Человек технологически достроенный: в поисках целостности // Культурно-историческая психология. 2025. Том 21. № 1. С. 13—23. DOI: 10.17759/chrp.2025210102
- Сороко С.И. Нейрофизиологические механизмы индивидуальной адаптации человека в Антарктиде. Л.: Наука, 1984. 217 с.
- Тхостов А.Ш., Сурнов К.Г. Культура и патология: побочные эффекты социализации // Национальный психологический журнал. 2006. № 1. 20-27.
- Ушаков Д.В. Технологии искусственного интеллекта в психологии // Экспериментальная психология. 2024. Т. 17, № 4. С. 182–189. DOI: 10.17759/exrpsy.2024170412
- Фестингер Л. Теория когнитивного диссонанса. Пер. с англ. А. Анистратенко. М.: Эксмо, 2018. 256 с.
- Философская Энциклопедия. В 5-х т. / Под редакцией Ф. В. Константинова. Том 4. М.: Советская энциклопедия, 1967. С.369.
- Шибутани Т. Социальная психология. Пер. с англ. В.Б. Ольшанского. Ростов на Дону: Феникс; М.: АСТ, 2002. 544 с..
- Шмальгаузен И.М. Организм как целое в индивидуальном и историческом развитии. М., Л.: Наука, 1942. 250 с.
- Энциклопедический словарь по психологии и педагогике. 2013. [Электронный ресурс] // Сайт «Академик» / URL: http://psychology_pedagogy.academic.ru
- Ярошевский М.Г. Уолтер Кеннон, Иван Павлов и проблема эмоционального поведения // Вопросы психологии. 1995. № 6. С. 55 - 65.
- Aldwin, C.M. Stress, coping and development. New York; London: The Guilford Press, 1994.
- Bernard, C. Lecons sur les phenomenes de la vie communs aux animaux et aux vegetaux. Paris, Londres, 1878-1879. DOI: 10.5962/bhl.title.103133

Cannon, W.B. The wisdom of the body. W W Norton & Co. 1932.

Kobaza, S.C. Personality and Resistance to illness // American Journal of Community and Social Psychology. 1979. Vol. 7. P. 413–423. DOI: 10.1007/BF00894383

Millon T. On the nature of clinical health psychology // Handbook of clinical health psychology / Ed. By Semillon, C. Green, R. Meagher. New York: Plenum, 1982. P. 1–28.

Simonet-Umaña, G. The concept of adaptation: interdisciplinary scope and involvement in climate change // S.A.P.I.E.N.S [Online], 3.1 | 2010, Online since 19 July 2010, connection on 22 September 2025. URL: <http://journals.openedition.org/sapiens/997>

Qamar Y., Chiappetta Jabbour C.J., Agrawal R.K., Samad T.A. When technology meets people: the interplay of artificial intelligence and human resource management // Journal of Enterprise Information Management. 2021. Vol. 34, № 5. P. 1339–1370. DOI: 10.1108/JEIM-11-2020-0436

Статья поступила в редакцию: 25.09.2025. Статья опубликована: 10.10.2025.

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF ADAPTATION

© 2025 A.A. Aldasheva

*Doctor of Psychology, Chief Researcher Institute of Psychology,
Russian Academy of Sciences
e-mail: aigulmama@mail.ru*

This article examines the problems of psychological adaptation in a changing world, examining it as an active process aimed at expanding human capabilities in interaction with the external environment. The article discusses the universal laws and forms of adaptation formulated by V.I. Medvedev, which operate at different levels of human organization and manifest themselves in professional activity, especially in extreme conditions. It is shown that the adaptation process is characterized by a systemic integration of psychophysiological and cognitive mechanisms, defined by a distinct developmental stage (from the search for

compensatory mechanisms to the formation of a stable response and its subsequent curtailment), the ability to sustain adaptive changes over time, and the flexibility of response. The purpose of this article is to demonstrate how the mechanisms of adaptation laws operate under various extreme external climatic, social, and internal conditions, including neural and humoral components. Research objectives defining the main areas of 21st-century occupational psychology are discussed, such as the role of digitalization of production processes and professional well-being. The article reveals the fundamental principle of adaptation—the self-organization of human life in complex external and internal environmental systems—as well as the attitudes and personality structure that shape the adaptive response.

Key words: adaptation, adaptation laws, adaptation forms, artificial intelligence, personality, behavioral strategies.

REFERENCES

- Asmus, V.F. (1976). *Antichnaja filosofija: uchebnoe posobie dlja filosofskih fakul'tetov i otdelenij universitetov* [Ancient Philosophy: A Textbook for Philosophy Faculties and Departments of Universities]. I. S. Narskij (Ed.). (pp. 539-541). Moscow: Vysshaja shkola. (In Russian).
- Ancyferova, L.I. (1994). Lichnost' v trudnyh zhiznennyh uslovijah: pereosmyslivanie, preobrazovanie situacij i psihologicheskaja zashhita [Personality in difficult life situations: rethinking, transforming situations and psychological defense]. *Psihologicheskij zhurnal* [Psychological journal]. 15(1). 3-18. (In Russian).
- Aldasheva, A.A. (1984). Osobennosti lichnostnoj adaptacii v malyh izolirovannyh kollektivah [Peculiarities of personal adaptation in small isolated groups]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Leningrad. (In Russian).
- Aldasheva, A.A. (1995). Psihologicheskaja adaptacija specialistov VMF k uslovijam dejatel'nosti [Psychological adaptation of naval specialists to operational conditions]. *Doctor's thesis*. Bishkek. (In Russian).
- Aldasheva, A.A. (2014). Individual'nye strategii adaptacii [Individual adaptation strategies]. *Fiziologija cheloveka* [Human Physiology]. 2014. 40(6). 15-22. (In Russian). DOI 10.7868/S0131164614060022
- Aldasheva, A.A., & Runets, O.V. (2023). Faktory nadezhnosti specialistov letnogo truda v uslovijah neopredelennosti professional'noj dejatel'nosti [Reliability factors of flight specialists under conditions of uncertainty of their professional activities]. *Juzhno-rossijskij zhurnal social'nyh nauk* [South-Russian Journal of Social Sciences], 23(4), 45-55. (In Russian). DOI: 10.31429/26190567-23-4-45-55

- Ajdaraliev, A.A., & Maksimov, A.L. (1988). *Adaptacija cheloveka k jekstremal'nyh uslovijam: opyt prognozirovaniya [Human adaptation to extreme conditions: a forecasting experience]*. Leningrad. (In Russian).
- Petrovskij B.V. (Ed.). *Bol'shaja medicinskaja jenciklopedija [The Great Medical Encyclopedia]*. 3-e izd. Vol 1-30. Moscow: Sovetskaja jenciklopedija, 1974—1989. (In Russian).
- Vojskunsij, A.E. (2008). Ot psihologii komp'juterizacii k psihologii Interneta [From the Psychology of Computerization to the Psychology of the Internet]. Vestnik Moskovskogo universiteta. Serija 14: Psihologija [Moscow University Bulletin. Series 14: Psychology]. 2. 140-153. (In Russian).
- Davydovskij, I.V. (1962). *Problemy prichinnosti v medicine (jetilogija) [Problems of causality in medicine (etiology)]*. Moscow: Medgiz. (In Russian).
- Castells, M. (1996). The rise of the network society. Malden, MA; Oxford: Blackwell. (The information age: Economy, society and culture. Vol. 1). (Russ. ed.: Castells, M. Informatsionnaya epokha: ekonomika, obshchestvo i kul'tura. Moscow: NRU HSE, 2000. 608 p.). (In Russian).
- Karpov, A.V. (2014). *Psihologija prinjatija reshenij v professional'noj dejatel'nosti: uchebnoe posobie [Psychology of decision-making in professional activities: a textbook]*. Jaroslavl': JarGU. (In Russian).
- Krjukova, T.L. (2004). *Psihologija sovladajushhego povedenija [Psychology of coping behavior]*. Kostroma, Izd-vo KGU im. N.A. Nekrasova. (In Russian).
- Lambina, K.A. & Nevolina, V.V. (2019). Fenomenologicheskoe issledovanie ponjatija "Social'no-psihologicheskaja adaptacija" [A phenomenological study of the concept of "social and psychological adaptation"]. *Tendencii razvitija nauki i obrazovanija [Trends in the development of science and education]*. 50-8. 53-57. (In Russian).
- Medvedev, V.I. (2003). *Adaptacija cheloveka: monografija [Human Adaptation: A Monograph]*. Sankt-Peterburg: In-t psihologii Publ. (In Russian).
- Medvedev, V.I. (1979). Psihologicheskie reakcii chelovek v jekstremal'nyh uslovijah [Human psychological reactions in extreme conditions]. *Jekologicheskaja fiziologija Adaptacija cheloveka k jekstremal'nyh uslovijam sreda [Ecological Physiology. Human Adaptation to Extreme Environmental Conditions]*. O.G. Gzenko (Ed.). (pp. 625—672). Moscow: Nauka Publ. (In Russian).
- Medvedev, V.I., & Aldasheva, A.A. (2018). *Social'naja jekologija. Jekologicheskoe soznanie: uchebnoe posobie dlja bakalavriata i magistratury [Social Ecology. Ecological Consciousness: A Textbook for Bachelor's and Master's Degrees]*. Moscow: Obshhestvo s ogranichennoj otvetstvennost'ju "Izdatel'stvo JuRAJT". (In Russian).

- Mirrahimov, M.M., Ajdaraliev, A.A., & Maksimov, A.L. (1983). *Prognosticheskie aspekty trudovoj dejatel'nosti v uslovijah vysokogor'ja: Aspekty raboty na bol'shih vysotah* [Prognostic aspects of work activity in high-altitude conditions: Aspects of work at high altitudes]. Frunze: Izdatel'stvo "Ilim" Nacional'noj akademii nauk Respubliki Kyrgyzstan. (In Russian).
- Miller, G. A., Galanter, E., Pribram, K. H. (1960). Plans and the structure of behavior. N.Y.: Holt, Rinehart & Winston, Inc. Publ. (Russ. ed.: Miller, G., Galanter, E., Pribram, K. Plany i struktura povedeniya. Moscow: Progress Publ., 1965. 238 p.).
- Patyrbaeva, L.V. (2012). Subjekt istoricheskogo processa v filosofii Gegelja [The subject of the historical process in Hegel's philosophy]. *Vestnik Permskogo universiteta. Filosofija. Psihologija, Sociologija* [Perm University Bulletin. Philosophy, Psychology, Sociology]. 3(11). 61-73. (In Russian).
- Piaget, J. Le langage et pensee chez l'enfant [Language and thought in children]. Paris: Delachaux and Niestle, 1923. 318 p. (Russ. ed.: Piaget, J. Rech' i myshlenie rebenka. Moscow: Pedagogika-Press, 1994. 526 p.).
- Posohova, S.T. (2001). Psihologija adaptirujushhejsja lichnosti: Subjektnyj podhod [Psychology of the Adaptive Personality: A Subjective Approach]. *Doctor's thesis*. Moscow. (In Russian).
- Sartr, Zh.-P.(1989). Jekzistanalizm — jeto gumanizm [Existentialism is humanism]. In *Sumerki bogov* [Twilight of the Gods]. F. Nicshe. M.: Izdatel'stvo politicheskoy literatury. (In Russian).
- Severcov, A.N. (2011). *Glavnye napravlenija jevoljucionnogo processa: morfobiologicheskaja teorija jevoljucii* [The main directions of the evolutionary process: the morphobiological theory of evolution]. Moscow: URSS.
- Sel'e, G. (1960). *Ocherki ob adaptacionnom syndrome* [The Story of the adaptation syndrome]. Moscow: Medgiz. (In Russian).
- Strelkov, Ju.K. (1992). Psihologicheskoe sodержanie shturmanskogo truda v aviacii [The psychological content of navigation work in aviation]. *Extended abstract of Doctor's thesis*. Moscow. (In Russian).
- Sokolova, Ju.A. (2014). Genezis ponjatija "adaptacija" [The genesis of the concept of "adaptation"]. *Intellekt. Innovacii. Investicii* [Intelligence. Innovation. Investments]. 3. 93-99. (In Russian).
- Soldatova, G.U., & Vojskunskij, A.E. (2021). Social'no-kognitivnaja koncepcija cifrovoj socializacii: novaja jekosistema i social'naja jevoljucija psihiki [Socio-Cognitive Concept of Digital Socialization: A New Ecosystem and Social Evolution of the Mind]. *Psihologija. Zhurnal Vysshej Shkoly jekonomiki* [Psychology. Journal of the Higher

School of Economics]. 18(3). 431–450. (In Russian). DOI: 10.17323/1813-8918-2021-3-431-450

- Soldatova, G.U., Chigar'kova, S.V., & Iljuhina, S.N. (2024). Metamorfozy identichnosti cheloveka dostroennogo: ot cifrovogo donora k cifrovomu kentavru [Metamorphosis of the Identity of the Human Completed: from Digital Donor to Digital Centaur]. *Social'naja psihologija i obshhestvo* [Social Psychology and Society]. 15(4). 40—57. (In Russian). DOI: 10.17759/sps.2024150404
- Soldatova, G.U., & Iljuhina, S.N. (2025). Chelovek tehnologicheskij dostroennyj: v poiskah celostnosti [Digital Extended Man Looking for His Wholeness]. *Kul'turno-istoricheskaja psihologija* [Cultural-Historical Psychology]. 21(1). 13—23. (In Russian). DOI: 10.17759/chp.2025210102
- Soroko, S.I. (1984). *Nejrofiziologicheskie mehanizmy individual'noj adaptacii cheloveka v Antarktide* [Neurophysiological mechanisms of individual human adaptation in Antarctica]. Leningrad: Nauka Publ. (In Russian).
- Thostov, A.Sh., & Surnov, K.G. (2006). Kul'tura i patologija: pobochnye jeffekty socializacii [Culture and Pathology: The Side Effects of Socialization]. *Nacional'nyj psihologicheskij zhurnal* [National Journal of Psychology]. 1. 20-27. (In Russian).
- Ushakov, D.V. (2024). Tehnologii iskusstvennogo intellekta v psihologii [Artificial Intelligence Technologies in Psychology]. *Jeksperimental'naja psihologija* [Experimental Psychology (Russia)]. 17(4). 182–189. (In Russian). DOI: 10.17759/exppsy.2024170412
- Festinger, L. A theory of cognitive dissonance. Palo Alto, CA: Stanford Univ. Press, 1962. 239 p. (Russ. ed.: Festinger, L. Teoriya kognitivnogo dissonansa. Moscow: Eksmo Publ., 2018. 256 p.).
- Konstantinova, F.V. (1967). *Filosofskaja Jenciklopedija* [Philosophical Encyclopedia]. V1-5. V 4. Moscow: Sovetskaja jenciklopedija. (In Russian).
- Shibutani, T. Society and personality: An interactionist approach to social psychology. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, Inc., 1961. 630 p. (Russ. ed.: Shibutani, T. Sotsial'naya psikhologiya. Rostov-on-Don: Phoenix; Moscow: AST Publ., 2002. 544 p.).
- Shmal'gauzen, I.M. (1942). *Organizm kak celoe v individual'nom i istoricheskom razvitii* [The organism as a whole in individual and historical development]. Moscow, Leningrad: Nauka Publ. (In Russian).
- Jenciklopedicheskij slovar' po psihologii i pedagogike* [Encyclopedic Dictionary of Psychology and Pedagogy]. 2013. [Elektronnyj resurs]. Sajt «Akademik». URL: http://psychology_pedagogy.academic.ru (In Russian).

- Jaroshevskij, MG. (1995). Uolter Kennon, Ivan Pavlov i problema jemocional'nogo povedenija [Walter Cannon, Ivan Pavlov, and the Problem of Emotional Behavior]. *Voprosy psihologii [Psychology issues]*. 6. 55 - 65. (In Russian).
- Aldwin, C.M. (1994). *Stress, coping and development*. New York; London: The Guilford Press.
- Bernard, C. (1878-1879). *Lecons sur les phenomenes de la vie communs aux animaux et aux vegetaux*. Paris, Londres. DOI: 10.5962/bhl.title.103133
- Cannon, W.B. (1932). *The wisdom of the body*. W W Norton & Co.
- Kobaza, S.C. (1979). Personality and Resistance to illness. *American Journal of Community and Social Psychology*. 7. 413–423. DOI: 10.1007/BF00894383
- Million, T. (1982). On the nature of clinical health psychology. In *Handbook of clinical health psychology*. C. Semillon, M. R. Green (Eds.). (pp. 1–28). New York: Plenum.
- Simonet-Umaña, G. (2010). The concept of adaptation: interdisciplinary scope and involvement in climate change. S.A.P.I.EN.S [Online], 3.1 | 2010, Online since 19 July 2010, connection on 22 September 2025. URL: <http://journals.openedition.org/sapiens/997>
- Qamar Y., Chiappetta Jabbour C.J., Agrawal R.K., & Samad T.A. (2021). When technology meets people: the interplay of artificial intelligence and human resource management. *Journal of Enterprise Information Management*. 34(5).1339–1370.

The article was received: 25.09.2025. Published online: 10.10.2025

Библиографическая ссылка на статью:

Алдашева А.А. Социально-психологические проблемы адаптации к условиям жизнедеятельности // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда, 2025. Т. 10. № 3. С. 174–201. DOI: 10.38098/ipran.opwp_2025_36_3_007

Aldasheva, A.A. (2025). Social'no-psihologicheskie problemy adaptacii k uslovijam zhiznedejatel'nosti [Social and psychological problems of adaptation]. Institut Psikhologii Rossiyskoy Akademii Nauk. Organizatsionnaya Psikhologiya i Psikhologiya truda [Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Psychology of Labor]. 10(3). 174–201. DOI: 10.38098/ipran.opwp_2025_36_3_007

Адрес статьи: <http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document 1156.pdf>