

4. Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов. – М. : Наука, 1984. – 444 с.
Lomov B. F. Metodologicheskie i teoreticheskie problemy psihologii [Methodological and theoretical problems of psychology] / B. F. Lomov. – M. : Nauka, 1984. – 444 p.
5. Сергеева А. В. Психология интегральной идентичности личности : [монография] / А. В. Сергеева. – Одесса : Лерадрук, 2013. – 317 с.
Sergeeva A. V. Psihologija integral'noj identichnosti lichnosti : monografija [Psychology integrated personal identity : monographic] / A. V. Sergeeva. – Odessa : Leradruk, 2013. – 317 p.
6. Шнейдер Л. Б. Профессиональная идентичность и память: опыт генетической реконструкции / Л. Б. Шнейдер // Мир психологии. – 2001. – № 1. – С. 64–78.
Shnejder L. B. Professional'naja identichnost' i pamjat': opyt geneticheskoy rekonstrukcii [Professional identity and memory: the experience of the genetic reconstruction] / L. B. Shnejder // Mir psihologii. – 2001. – № 1. – P. 64–78.
7. Breakwell G. M. Multiple categorization and social identity / G. M. Breakwell, M. Hewstone, D. Capozza, R. Brown (eds.) // Social identity processes. – London : Sage, 2000. – P. 501–514.
- Erikson E. H. Identity, Youth and Crisis / E. H. Erikson. – New York : W. W. Norton and Co., 1968. – P. 226–341.
8. Habermas J. Self-We-Others schemata and social identification / J. Habermas, S. Worchel, J. F. Morales, D. Paez, J. Deschamps (eds.) // Social Identity: international Perspective. – New York : Sage Publ., 1998. – P. 44–52.
9. Marsia J. E. Identity in Adolescent. In Handbook of Adosescnt Psychology / J. E. Marsia ; ed. by J. Adelson. – New York : Wiley, 1985. – P. 157–180.

УДК 159.98:316.61

А. В. Смотрицкий

Received December 02, 2015;

Revised January 12, 2016;

Accepted March 14, 2016.

**ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ
МИГРАНТОВ ПОСРЕДСТВОМ ДОСУГОВО-ТАНЦЕВАЛЬНЫХ
ПРАКТИК**

В статье рассмотрены особенности протекания процесса социально-психологической адаптации у мигрантов, занимающихся досугово-танцевальными

© Смотрицкий А. В., 2016

практиками. Выделены специфические черты, характеризующие досугово-танцевальные практики как уникальную социально-психологическую технологию взаимной адаптации добровольных мигрантов и местных жителей. Проанализирована перспектива эмпирического исследования социально-психологической адаптации как многоаспектного феномена: процесс, способность и результат. Обоснована концептуальная модель эмпирического исследования социально-психологической адаптации добровольных мигрантов посредством досугово-танцевальных практик. Представлены эмпирические инструменты комплексного исследования социально-психологической адаптации добровольных мигрантов.

Обоснована необходимость разработки авторской методики экспертной оценки ДТП-составляющих социально-психологических механизмов адаптации. Осуществлена операционализация понятия «досугово-танцевальные практики». Выделены индикаторы досугово-танцевальных составляющих механизмов социально-психологической адаптации добровольных мигрантов. Феномен стилево-импровизационного самовыражения представлен как характеристика средства социально-психологической адаптации мигрантов. Разработана процедура проведения экспертной оценки в ходе формирующего эксперимента – тренинга досугово-танцевального воздействия на процесс социально-психологической адаптации мигрантов. Предложена концепция интерпретации результатов исследования.

Представлены результаты эмпирического исследования с использованием авторской методики экспертной оценки ДТП-составляющих социально-психологических механизмов адаптации мигрантов: субкультурная идентификация, эмоциональная сонастройка, самоактуализация. Проанализирована динамика изменений показателей индикаторов ДТП-составляющих социально-психологических механизмов адаптации добровольных мигрантов.

Сделаны выводы и предложены перспективы дальнейших исследований феномена досугово-танцевальных практик в контексте изучения процессов восприятия, обработки и представления информации. С этой целью обозначена необходимость усовершенствования диагностического инструментария и программы тренинга досугово-танцевального воздействия на процесс социально-психологической адаптации мигрантов.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация мигрантов, досугово-танцевальные практики, досугово-танцевальные составляющие механизмов социально-психологической адаптации мигрантов, стилево-импровизационное самовыражение, методика экспертной оценки.

Смотрицкий А. В. Емпіричне дослідження особливостей соціально-психологічної адаптації мігрантів за допомогою дозвіллево-танцювальних практик. У статті розглянуто особливості перебігу процесу соціально-психологічної адаптації у мігрантів, що займаються дозвіллево-танцювальними практиками. Виділено специфічні риси, що характеризують дозвіллево-танцювальні практики як унікальну соціально-психологічну технологію взаємної адаптації добровільних мігрантів та місцевих жителів. Проаналізовано перспективу емпі-

ричного дослідження соціально-психологічної адаптації як багатоаспектного феномену: процес, здатність та результат. Обґрунтовано концептуальну модель емпіричного дослідження соціально-психологічної адаптації добровільних мігрантів за допомогою дозвіллево-танцювальних практик. Показано емпіричні інструменти комплексного дослідження соціально-психологічної адаптації добровільних мігрантів.

Обґрунтовано потребу розробки авторської методики експертної оцінки ДТП-складників соціально-психологічних механізмів адаптації. Здійснено операціоналізацію поняття «дозвіллево-танцювальні практики». Виділено індикатори дозвіллево-танцювальних складників механізмів соціально-психологічної адаптації добровільних мігрантів. Феномен стильово-імпровізаційного самовираження представлений як характеристика засобу соціально-психологічної адаптації мігрантів. Розроблено процедуру проведення експертної оцінки в ході формувального експерименту – тренінгу дозвіллево-танцювального впливу на процес соціально-психологічної адаптації мігрантів. Запропоновано концепцію інтерпретації результатів дослідження.

Наведено результати емпіричного дослідження з використанням авторської методики експертної оцінки ДТП-складників соціально-психологічних механізмів адаптації мігрантів: субкультурна ідентифікація, емоційне співнастроювання, самоактуалізація. Проаналізовано динаміку змін показників індикаторів ДТП-складників соціально-психологічних механізмів адаптації добровільних мігрантів.

Зроблено висновки та запропоновано перспективи подальших досліджень феномену дозвіллево-танцювальних практик у контексті вивчення процесів сприйняття, обробки й представлення інформації. З цією метою вказано на потребу вдосконалення діагностичного інструментарію та програми тренінгу дозвіллево-танцювального впливу на процес соціально-психологічної адаптації мігрантів.

Ключові слова: соціально-психологічна адаптація мігрантів, дозвіллево-танцювальні практики, дозвіллево-танцювальні складники механізмів соціально-психологічної адаптації мігрантів, стильово-імпровізаційне самовираження, методика експертної оцінки.

Smotrisky A. V. The Empirical Study of Features of Social and Psychological Adaptation of Immigrants Through Leisure and Dance Practices. This article explores the features of social and psychological adaptation process of immigrants practicing leisure and dance activities. We highlighted the specific features that characterize the leisure and dance practice as a unique social-psychological technology of mutual adaptation of voluntary immigrants and local citizens. The perspective of an empirical study of social and psychological adaptation as a multidimensional phenomenon (the process, the ability and the result) was analyzed. The article substantiates the conceptual model of an empirical study of social and psychological adaptation of immigrants through leisure and dance practices. The empirical research tools of complex study of social and psychological adaptation of voluntary immigrants have been also presented.

The paper substantiates the necessity of the author's expert assessment method development of LDP-components of social and psychological adaptation mechanisms. The operationalization of concept "leisure and dance practice" was implemented. The indicators of LDP-components of social and psychological adaptation mechanism of voluntary immigrants were highlighted. The expression by stylistic improvisation phenomenon was presented as characteristic of LDP as instrument of social and psychological adaptation of immigrants. The concept of the interpretation of the study results has been proposed.

The results of empirical studies using the author's expert assessment method of LDP-components of social and psychological adaptation mechanisms of immigrants' adaptation (subcultural identification, emotional attunement, self-actualization) were presented. The dynamics of changes in indicators of LDP-components of social and psychological adaptation mechanism of voluntary immigrants was analyzed.

In the article we have come to conclusions and pointed out the prospects for further studies of leisure and dance practices for analysis of the data perception, processing and presentation. For this purpose, the necessity to improve of diagnostic tools and training programs for leisure and dance influence on the process of social and psychological adaptation of immigrants was denoted.

Keywords: social and psychological adaptation of immigrants, leisure and dance practices, leisure and dance practice components of social and psychological adaptation mechanism of immigrants, expression by stylistic improvisation, expert assessment method

Постановка научной проблемы и её значение. Интерес к изучению особенностей социально-психологической адаптации добровольных мигрантов привел к созданию целого ряда тренинговых программ и технологий, призванных оптимизировать интеграцию мигрантов в новую социокультурную среду. Анализ этих разработок показал крайне слабое использование в тренинговом материале достижений социально-психологического направления танцевально-двигательной терапии, ритмодвигательной терапии, контактной импровизации, социальных парных танцев.

Анализ исследований этой проблемы показал отсутствие социально-психологических разработок в сфере применения танца как средства адаптации. При этом танец как культурно-психологический феномен изучается в работах В. В. Козлова, А. Е. Гирсона и Н. И. Веремеенко. Социально-психологический подход к танцу, акцентирующий его диалогическую, коммуникативную природу, исследовали Т. А. Шкурко, В. А. Лабунская. Досуговые практики в качестве средства оптимизации социально-психологической, социокультурной адаптации мигрантов исследованы в работах И. С. Сапожниковой.

Целью данной статьи является основанный на функционально-содержательных характеристиках досугово-танцевальных практик анализ перспектив эмпирического исследования особенностей социально-психологической адаптации добровольных мигрантов; презентация авторской методики экспертной оценки ДТП-составляющих социально-психологических механизмов адаптации мигрантов и представление результатов эмпирического исследования.

Изложение основного материала и обоснование полученных результатов исследования. Несмотря на то, что в современной психологической науке понятие социально-психологической адаптации занимает одно из ведущих мест, до сих пор отсутствует единая концепция адаптации. Сложились разные позиции относительно рассмотрения данного феномена. При этом в научном сообществе не вызывает спора тот факт, что социально-психологическая адаптация характеризуется двумя составляющими: процессуальной (взаимодействие личности и социальной среды) и результирующей (адаптированность), на основе которых формируются новые личностные свойства и качества (адаптивность или адаптивный потенциал личности). Таким образом, в этом исследовании анализируются три аспекта социально-психологической адаптации: собственно адаптация рассматривается как процесс, адаптивность – как способность и адаптированность – как результат данного процесса.

Концептуальная модель эмпирического исследования социально-психологической адаптации добровольных мигрантов посредством досугово-танцевальных практик (ДТП) включала в себя диагностику трех вышеперечисленных аспектов адаптации, а также действие ДТП-составляющих социально-психологических механизмов адаптации.

Адаптивность (адаптивный потенциал личности) исследовалась такими методиками: диагностика уровня развития способности к адекватной интерпретации невербального поведения В. А. Лабунской, диагностики уровня эмпатических способностей В. В. Бойко и диагностика самоактуализации личности (САМОАЛ) А. В. Лазукина в адаптации Н. Ф. Калина. Для исследования уровня (степени) адаптированности (адаптации) в настоящий момент (социально-психологический аспект) использовала методику диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса – Р. Даймонд; (психологический аспект): цветовую диагностику Люшера. Собственно адаптация, рассматриваемая как процесс, исследовалась через трансформацию

социальной идентичности: цвето-ассоциативная методика (ЦАМ) А. М. Парачева и методика «Десять Я» М. Kuhn, Т. McPartland.

Действие ДТП-составляющих социально-психологических механизмов адаптации исследовалось авторской методикой экспертной оценки ДТП-составляющих социально-психологических механизмов адаптации мигрантов.

Досугово-танцевальные практики имеют ряд характерных особенностей, что позволяет говорить об уникальности данного средства, оказывающего катализационное воздействие на процесс социально-психологической адаптации добровольных мигрантов.

Преимуществами ДТП перед другими технологиями социально-психологической адаптации мигрантов являются:

1. Совместные практики мигрантов и местных жителей. За счет внешней аттрактивности решена проблема мотивации участия. Субкультурный механизм ресоциализации (адаптации).

2. Благоприятная эмоциональная атмосфера. Практика реальных жизненных ситуаций общения и взаимодействия с использованием элементов игры. «Жизнь понарошку». «Танцевальные движения в данном случае представляют собой относительно безопасное средство связи с окружающими во время обучения социально-приемлемому поведению». Безопасная обстановка принятия и понимания. Эмоционально-комфортная атмосфера досуговых практик (особенно актуальна в социально-стрессовых условиях периода адаптации) с общей ориентацией на повышение качества жизни, характерной для добровольных мигрантов. ДТП не занимают значимое место в системе жизненно важных отношений личности, лишены серьезности и жизненной функциональности, прагматизма, поскольку не связаны с необходимостью поддержания формального социального статуса, исполнения значимых социальных ролей. Неформальность и добровольность участия, нестремление к возможному наказанию или отрицательного подкрепления обеспечивают большую свободу самовыражения. Таким образом, создаваемое в ДТП позитивное настроение участников продуктивно влияет на творческий процесс их межличностного взаимодействия.

3. Многоканальность восприятия опыта взаимодействия. Автор теории социального научения А. Бандура утверждал, что новое поведение приобретают благодаря имитации модели. В ДТП научение через наблюдение, имитацию и идентификацию происходит по не-

скольким каналам передачи информации: визуальный, аудиальный, осязание, вестибуло- и проприорецепторы. Подобная подача материала обеспечивает его лучшее восприятие и усваиваемость, а также перенос в реальную жизнь.

4. Ритм способствует вхождению человека в состояние транса (измененное состояние сознания, при котором прекращается критическое восприятие информации и снижается способность последовательно анализировать и осмыслять), характеризующегося подключением подсознательной ритмической организации движений, что приводит к достижению лучших результатов межличностного взаимодействия за меньший промежуток времени. В виду того, что любые адаптационные процессы стрессогенны и сопровождаются повышенным состоянием тревожности (что только усиливается проживанием в большом городе) ДТП как сфера комплексного применения музыки (ритм, мелодия, гармония) и движения обеспечивают комфортные условия для безболезненного протекания процесса адаптации, а многообразие их стилей и направлений позволяет учитывать индивидуальные особенности психики человека. Кроме того, всевозможные синкопированные ритмы обладают определенным тонизирующим свойством, способствуют повышению жизненной активности и, как следствие, адаптивности [4].

5. Стилевая импровизация как инструмент творческой самореализации в заданных рамках (нормах, традициях, правилах поведения). Творчество в рамках танцевального стиля (в отличие от спонтанной импровизации танцевально-двигательной терапии и структурированной хореографии классических танцев) способствует формированию поведенческих навыков, оптимально сочетающих следование социальным нормам и аутентичное самовыражение, столь необходимых в процессе адаптации к новому социальному окружению.

6. Создание условий реальной (неформальной, конформной) адаптации. Поощрение инаковости. Оптимальное решение дилеммы: быть частью социума сохраняя индивидуальность. ДТП позволяют решать проблемы адаптации стратегически, с учетом дальнейшего развития личности на пути к ее самоактуализации, в отличие от многих других тренинговых технологий.

7. Закрепление оптимальных поведенческих стратегий (партнерских, паритетных) через ролевые механизмы ведения/следования: быть ведомым не значит быть зависимым, пассивным, безответственным.

8. Метод преодоления или изменения негативных социальных стереотипов, проявляющихся на уровне невербального общения, на языке тела (учитывая, что стереотипизация является механизмом социального восприятия), за счет взаимодействия на интимно-личностном уровне, на интуитивно-доверительной основе. ДТП позволяют, с одной стороны, проявить негативные социальные стереотипы, минуя сознательные защитные механизмы, а с другой стороны, подсознательно влиять на их изменение.

9. Оптимальный баланс использования навыков понятийного и фрагментарного (клипового) способов восприятия и мышления. Подобное гармоничное сочетание понятийного и клипового восприятия и обработки информации позволяет, с одной стороны, концентрировать внимание и анализировать информацию, а с другой – значительно сократить время принятия решений в процессе межличностного взаимодействия. Таким образом, ДТП способствуют избавлению от жесткой стереотипизации мышления, влияя тем самым на отказ от жестких стереотипов поведения.

Фактически можно говорить о том, что в ДТП происходит формирование навыков адекватной самопрезентации (самовыражения) в сочетании со способностями точного восприятия другого человека в процессе межличностного взаимодействия, а их внешняя аттрактивность способствует активизации субкультурного механизма ресоциализации (адаптации).

Необходимость разработки авторской методики экспертной оценки ДТП-составляющих социально-психологических механизмов адаптации вызвана отсутствием специализированного диагностического инструментария. В работах социально-психологического направления танцевально-двигательной терапии на сегодняшний день используются унифицированные методики, зачастую слабо отражающие особенности танцевального взаимодействия.

С целью операционализации понятия «досугово-танцевальные практики» мы обратились к работам в области невербального общения, социально-психологического направления танцевально-двигательной терапии, ритмодвигательной терапии, контактной импровизации, в которых диадные и групповые танцы проанализированы с точки зрения кинесико-такесико-проксемических форм танцевальных интеракций [1–5]. Так, исследователями невербальной интеракции было отмечено, что мимика оценивается воспринимающим субъектом

в первую очередь как знак эмоциональных состояний, поза-отношений, а невербальная интеракция служит индикатором сложившихся между партнерами форм взаимодействий [3].

На основании анализа научной литературы и личного опыта исследователя были выделены следующие индикаторы досугово-танцевальных составляющих механизмов социально-психологической адаптации добровольных мигрантов: аутентичное движение, самопредъявление, чувство равновесия/баланса, подстройка, творческая самореализация, нормативность, мотивационная ригидность, творческое взаимодействие, эмоциональный настрой, адекватность самооценки, групповая динамика.

В свою очередь, некоторые индикаторы включают соответствующие параметры, их определяющие, в частности аутентичное движение: двигательный репертуар (динамические и пространственные аспекты движения) и источники движения; самопредъявление: внешний вид, социальная роль и стратегии самопредъявления; чувство равновесия/баланса: чувство собственного равновесия/баланса (способность «укрощения» инерции), чувство собственного равновесия/баланса во взаимодействии и «смещенный баланс» (общий баланс в диаде и группе); подстройка: кинестетическая эмпатия – отзеркаливание, тактильный контакт (характер объятий) и ритмическая синхронизация (ритмическая групповая активность); творческая самореализация: концентрация внимания и техническая оснащенность; нормативность: соблюдение ритуалов, стилевое соответствие и социальная дистанция; творческое взаимодействие: широта репертуара, конвергентность/дивергентность поведения, динамическая интуиция (внутридиадный процесс организации согласованного взаимодействия), ритмо-музыкальная импровизация, использование пространства (проксемика пространственного поведения) и гармония в паре; групповая динамика: диадно-групповое взаимодействие, фрагментация группы, воздействие на поведение, сплоченность, реальная и виртуальная факультативная активность.

Экспертное оценивание проводилось в ходе формирующего эксперимента – тренинга досугово-танцевального воздействия на процесс социально-психологической адаптации мигрантов.

Объектом эмпирического исследования выступили 60 мигрантов (30 мужчин и 30 женщин) в возрасте от 27-ми до 48-ми лет, по собственной инициативе принявших решение покинуть страну своего

постоянного проживания и переехать на территорию другого государства. Отличительной особенностью данной выборки являлось отсутствие явной угрозы для привычной жизнедеятельности на территории страны выезда. Очевидно, что для добровольных мигрантов «факторы притяжения» (привлекающие в новое общество) оказываются сильнее, чем «факторы отталкивания» (оказывающие давление и заставляющие выезжать). Выборочная совокупность не соответствует генеральной по основным социально-демографическим параметрам: полу, возрасту, образованию, типу поселения, ввиду отсутствия статистических данных по этой категории мигрантов.

Экспертами являлись привлеченные к тренингу профессиональные преподаватели социальных парных танцев и практические психологи (два мужчины и три женщины), прошедшие инструктаж и ознакомленные с целями и методами проведения формирующего эксперимента. Во время проведения экспертной оценки эксперты четырежды оценивали респондентов, анализируя информацию, полученную как путем наблюдения, так и путем непосредственного контакта с каждым участником во время III (обучающего) и IV (закрепляющего) блоков занятий, в особенности для анализа механизма обратной связи.

Во время исследования была отмечена значительная динамика по всем выделенным индикаторам, позволившая отметить многие корреляционные взаимосвязи, что при сопоставлении результатов экспертной оценки с результатами стандартизированных методик дало развернутую картину специфики действия механизмов социально-психологической адаптации мигрантов в ДТП. Детальное изложение количественных результатов эмпирического исследования предполагается в последующих публикациях.

Такие индикаторы ДТП-составляющих социально-психологических механизмов адаптации, как подстройка и творческое взаимодействие, характеризующие коммуникативные свойства личности, показывают развитость коммуникативных навыков и принятие других, высокий уровень эмпатии. Индикаторы аутентичное движение, самопредъявление, чувство равновесия/баланса, творческая самореализация, мотивационная ригидность, адекватность самооценки характеризуют степень самопринятия. При этом необходимо отметить, что именно позитивное самоотношение (самопринятие) наряду с позитивным отношением (социальным одобрением) есть базовая социаль-

ная потребность личности – системообразующий фактор системы социально-психологической адаптации.

Креативность (в т. ч. социальная) представлена в параметрах, определяющих следующие индикаторы: аутентичное движение, творческая самореализация, творческое взаимодействие. Отношение к изучению нового можно проследить по таким параметрам, как техническая оснащенность и широта репертуара индикаторов творческой самореализации и творческого взаимодействия, которые также демонстрируют стремление к развитию, усложнению паттернов взаимодействия на индивидуальном и диадном уровнях.

Различные аспекты, такого важного элемента ДТП, как объятия анализируются тремя показателями индикаторов: подстройка (тактильный контакт (характер объятий)), творческое взаимодействие (использование пространства (проксемика пространственного поведения)) и смещенный баланс (общий баланс в диаде и группе).

Интерпретация результатов исследования способствовала углубленному изучению ДТП-составляющих социально-психологических механизмов адаптации мигрантов: субкультурная идентификация, эмоциональная сонастройка, самоактуализация. Данная методика может использоваться как в целях диагностики, так и в целях коррекции отношений в паре и группе.

Выводы и перспективы дальнейших исследований. Видится целесообразным исследование феномена досугово-танцевальных практик в контексте изучения процессов восприятия, обработки и представления информации. С этой целью необходимо усовершенствовать диагностический инструментарий и программу тренинга досугово-танцевального воздействия на процесс социально-психологической адаптации мигрантов.

Литература

1. Изотов Э. Психология танца. Процессуальный подход [Электронный ресурс] / Эдуард Изотов. – Режим доступа : <http://www.terton.ru/biblioteka/process-dance.html>
Izotov Je. Psihologija tanca. Processual'nyj podhod [Elektronnyj resurs] / Eduard Izotov. – Rezhim dostupa : <http://www.terton.ru/biblioteka/process-dance.html>
2. Малкина-Пых И. Г. Телесная терапия : справочник практического психолога / И. Г. Малкина-Пых. – М. : Эксмо, 2007. – 749 с.
Malkina-Pyh I. G. Telesnaja terapija : spravochnik prakticheskogo psihologa / I. G. Malkina-Pyh. – M. : Eksmo, 2007. – 749 s.

3. Шкурко Т. А. Танцевально-экспрессивный тренинг / Т. А. Шкурко. – СПб. : Речь, 2005. – 192 с. – (Серия : Психологический тренинг).
Shkurko T. A. Tanceval'no-jekspressivnyj trening / T. A. Shkurko. – SPb. : Rech', 2005. – 192 s. – (Serija : Psihologicheskiy trening).
4. Ягодинский В. Н. Ритм, ритм, ритм! Этюды хронобиологии / В. Н. Ягодинский. – М. : Знание, 1985. – 192 с.
Jagodinskij V. N. Ritm, ritm, ritm! Jetjudy hronobiologii / V. N. Jagodinskij. – M. : Znanie, 1985. – 192 s.
5. Laban R. The Mastery of Movement / R. Laban. – London, 1960. – 186 p.

УДК 159.9-615.815-316.44

С. Г. Уварова

Received October 23, 2015;

Revised December 21, 2015;

Accepted March 24, 2016.

ОСОБЛИВОСТІ Й ДИНАМІКА ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ В КРИЗОВИХ УМОВАХ

У статті обґрунтовано актуальність вивчення особливостей травматичних переживань людини, яка перебуває в кризових умовах. Наголошено, що аналіз особливостей психічних станів, зумовлених кризовими подіями й ситуаціями, суттєво розширює можливості ефективної організації та надання дієвої психологічної допомоги особистості. Проаналізовано змістові й динамічні аспекти психічних станів, спричинених кризовими подіями, а також предметні галузі психологічної науки, що вивчають вплив кризових ситуацій на психічне функціонування людини. Висвітлено психологічний зміст понять *стрес*, *гостра реакція на стрес*, *травматичний стрес*, *посттравматичний стресовий розлад* у контексті розгляду процесу появи травматичних наслідків кризових подій. Представлено основні підходи до визначення форм, рівнів і стадій переживання стресу. Розкрито поняття *еустресу*, *дистресу*. Схарактеризовано основні ситуаційні реакції на стресову подію. Описано динаміку появи симптомів у перші дні після психотравмувальних ситуацій, етапи розвитку психологічних переживань. Розкрито психологічну картину травматичного стресу та розглянуто основні його фази. Виділено основні характеристики травми, які визначають появу травматичного стресу. Визначено особливості травматичних спогадів (непослідовність, неоднорідність, відсутність значних фрагментів травматичної події, яскравість образів та супроводження сильними, виснажливими емоціями,