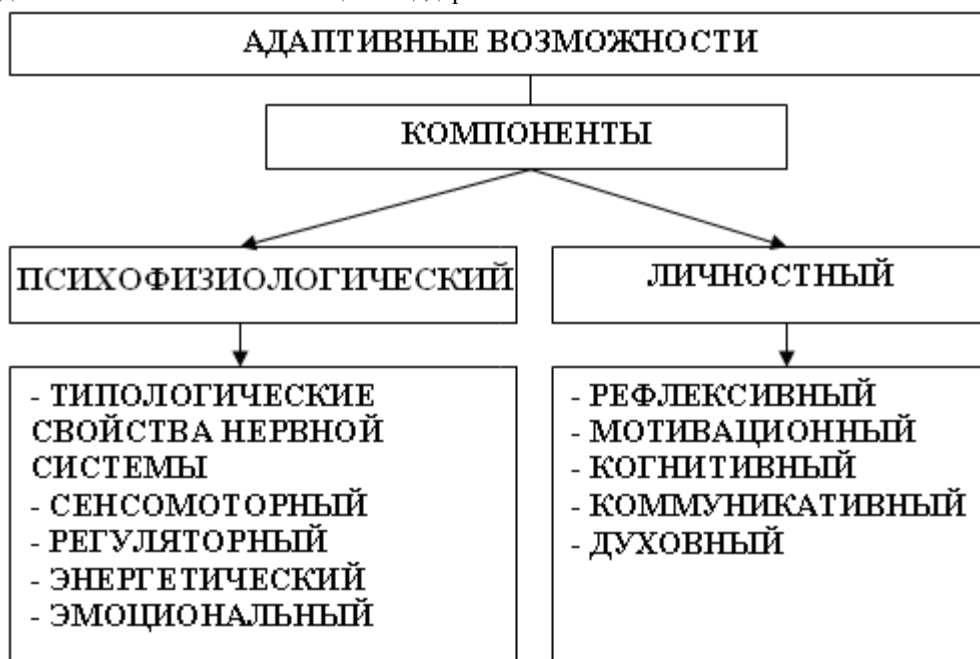


ПРИМЕНЕНИЕ ПРОЦЕССА АКТУАЛИЗАЦИИ АДАПТИВНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ЖЕНЩИН В РАЗВИТИИ ВОЗРАСТНОГО ЭТАПА СВОЕЙ ЖИЗНИ – ЗРЕЛОСТИ

*А.А. Емельянова, Невинномысский институт экономики, управления и права, магистрант
Научный руководитель: О.В. Соловьева, д.психол.наук, профессор*

Инновационные требования формирования общества меняют характеристики психологического пространства отдельной личности. Происходит развитие новой социально-психологической действительности.

В данной весьма изменяющейся и семантически неясной окружающей среде для современного человека особое значение приобретает адаптация, актуализируется необходимость человека в сохранении своей физической и психической целостности, поддержании самооценности. Все это порождает потребность людей в психологической помощи и поддержке.



Результативность хода приспособления детерминирована степенью формирования адаптивных возможностей, которая характеризуется совершенством элементов личностной регуляции поведения и деятельности и определена особенностью формирующейся адаптационной реакции (психофизиологическим состоянием, личностными особенностями и социальными факторами).

Результативности ресурсов актуализации и увеличения степени формирования адаптивных возможностей женщин в зрелости может служить теоретически аргументированная и последовательно правильная психологическая помощь, которая обеспечит сохранение психологического здоровья, удовлетворенность жизнью, достаточный уровень эмоционального благополучия в быстро меняющемся социально-психологическом пространстве.

Показателями социально-психологической адаптации женщин с различной степенью формирования адаптивных возможностей считаются: адаптация; принятие себя; принятие других; эмоциональная комфортность; интернальность; стремление к доминированию; эскапизм.

Оптимистическая теория дает возможность женщине конструктивно решать задачу определения своего места в системе социальных отношений и профессионального развития с помощью увеличения личных адаптивных возможностей, а также формирует ее активное отношение к жизни, дает возможность уверенно и целенаправленно самосовершенствоваться и самореализовываться. Изменение субъективной картины жизненного пространства посредством философии оптимизма позволяет женщине по-новому жить и работать в быстро меняющейся социальной и психокультурной среде.

Литература

1. Балтес, Б. Пауль. Всевозрастной подход в психологии развития: исследование динамики подъемов и спадов на протяжении жизни / Пауль Б. Балтес; пер. с англ. И. Ариевича // Психологический журнал. – Т. 15. – 1994. – № 1.