



author's program for comprehensive studying the phenomenon of self determination, developed by A. L. Zhuravlev and A. B. Kupreychenko. It was found that social activity of modern youth is primarily focused on the satisfaction of their needs and their families. Forms of activity aimed at social activities, defense of the fatherland are represented less. During investigation was revealed that young people, which have a job more focused on family, youth without job can afford to be more involved in public organizations on social protection and social help (assistance to the poor, orphans).

**Key words:** social activity, self-determination, youth, areas of life, values.

## References

1. Kupreychenko A. B. *Nravstvenno-psikhologicheskaya determinatsiya ekonomicheskogo samoopredeleniya lichnosti i gruppy*: avtoref. dis. ... d-ra psikhol. nauk (Moral and psychological determination of economic self-determination of individuals and groups: author's abstract of doctoral dissertation of psychological sciences). Moscow, 2010. 47 p. (in Russian).
2. Pryazhnikov N. S. *Professional'noe i lichnostnoe samoopredelenie* (Professional and personal self-determination). Moscow; Voronezh, 1996. 256 p. (in Russian).
3. Ugarova M. G. *Problema struktury professional'nogo samoopredeleniya v trudakh rossiyskikh psikhologov* (Problem of the structure of professional self-determination in the works of Russian psychologists). *Sotsial'naya psikhologiyaXXIstoletiya*: v 2 t. (Social Psychology XXI century: in 2 vol.) Yaroslavl', 2004, vol. 2, pp. 320-324 (in Russian).
4. Padalko O. V. *Professional'noesamoopredeleniemolodogo spetsialista s vysshim obrazovaniem v sovremennom rossiyskom obshchestve*: dis. ... kand. sotsiol. nauk (Professional self-determination of young specialists with higher education in contemporary Russian society: Ph/D thesis of sociological sciences). St.-Petersburg, 1998. 176 p. (in Russian).
5. Zhuravlev A. L., Kupreychenko A. B. *Ekonomicheskoe samoopredelenie: teoriya i empiricheskie issledovaniya* (Economic self-determination: theory and empirical research). Moscow, 2007. 480 p. (in Russian).

УДК 316.6:159

## АДАПТАЦИОННАЯ ГОТОВНОСТЬ ЛИЧНОСТИ К СИТУАЦИЯМ СОЦИАЛЬНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ

Е. Е. Бочарова

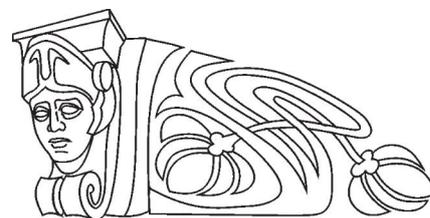
Бочарова Елена Евгеньевна - кандидат психологических наук, доцент, кафедра социальной психологии образования и развития, Саратовский государственный университет, Россия  
E-mail: bocharova-e@mail.ru

Представлены результаты теоретического и эмпирического исследований адаптационной готовности личности. Показано, что адаптационная готовность не только является результатом сложного взаимодействия внешних и внутренних факторов, но и представляет собой интегральный эффект разноуровневой интеграции регуляторных систем (подсистем) личности. Отмечено, что субъективное благополучие выступает в качестве системообразующего фактора, отвечающего за согласованность разных систем реализации значимых для субъекта целей, и тем самым обеспечивает оптимальный уровень адаптационной готовности личности к ситуациям социальных изменений. Показана специфика проявления уровневых характеристик субъективного благополучия в системе межфункциональных взаимосвязей в структуре саморегуляции. Прикладной аспект исследуемой проблемы может быть реализован в разработке программ психолого-педагогического сопровождения формирования и развития адаптационной готовности личности учащегося.

**Ключевые слова:** личность, адаптационная готовность, саморегуляция, субъектное благополучие.

### К постановке проблемы

В числе актуальных проблем современного образования весьма существенным является во-



прос формирования способностей школьников, обеспечивающих их готовность к личностному, профессиональному и социальному самоопределению в условиях многообразия социальной вариативности, неопределенных социальных ситуаций. Сама по себе подобная вариативность в ее развитом виде, как указывает Г. М. Андреева, не свидетельствует о социальном кризисе, а скорее является необходимым атрибутом развитого гражданского общества [1]. Однако она считает, что в настоящих условиях места и времени, в своей становящейся, неразвитой и неподкрепленной изменениями на макросоциальном уровне форме данная социальная вариативность становится фактором социального кризиса.

Действительно, важной характеристикой современного общества является стремительный распад существующих социальных институтов, интенсивное формирование новых типов общностей и деятельностей, их социальное оформление и наложение друг на друга, а в итоге - формирование принципиально нового многомерного социального пространства. Эффективная жизнедеятельность в таком обществе подразумевает соответствующее развитие личности: наличие способности к осуществлению и координации различных видов деятельности и себя в них. В психологическом отношении это означает, в

первую очередь, развитие адаптационных способностей личности, которые обеспечивали бы её готовность к осознанному проектированию и реализации траектории собственного будущего, успешному принятию решений, проявлению инициативы в новых реалиях. Это относится в определенной степени и к ситуации конкуренции, и к прогнозированию успеха или неудачи. При этом, как показано в ряде работ, подобное понимание адаптационной готовности представляет значительный интерес, поскольку в нем содержится идея активности личности, творческом и целеустремленном, преобразующем характере ее социальной активности [2-6].

### Феноменология адаптационной готовности

Отметим, что накопленная в психологических исследованиях эмпирическая база подготовила достаточные основания для теоретических обобщений, трактующих адаптационную готовность (адаптивность) как проявление субъектом потенциальных возможностей в соотношении с теми социальными воздействиями, которые испытывает человек. Так, в работах Л. Филипса особое внимание уделяется изучению проблемы «относительного потенциала» личности к адаптации, понимая его как способность удовлетворять требования общества. Автор высказывает мысль о необходимости изучения особенностей адаптации личности в прошлом и настоящем, что позволит прогнозировать будущий потенциал адаптации, поскольку в личности сохраняются те психологические ресурсы, при помощи которых она адаптируется к сложным ситуациям [7]. Обращаясь к проблеме адаптивности, А. А. Налчаджян отмечает целесообразность дифференциации потенциальных адаптивных способностей (потенциальной адаптивности) и актуальных адаптивных способностей (актуальной адаптивности). Автор выдвигает идею, согласно которой потенциальная адаптивность личности в будущем, в новых социальных ситуациях трансформируется в ситуативную способность для реализации актуальной адаптации. При этом уровень развития этой способности и её гибкости зависит от развития общей адаптивности личности, обеспечивающей её внутреннюю готовность к адаптации в быстро меняющихся условиях социальной жизни [8].

Определяя адаптационную готовность как интегральное свойство личности, характеризующее как в целом ее структурную сложность, так и уровень развития, состояние отдельных функций и свойств, С. Т. Посохова акцентирует внимание на необходимости комплексного изучения данного феномена. Так или иначе готовность связывается с процессами развития личности как субъекта жизнедеятельности и формирования жизненной стратегии, свободного

выбора, социализации, со *сформированностью* субъектной позиции, способности к осознанному и самостоятельному построению перспектив своего развития, с *саморегуляцией* произвольной активности человека [9].

Согласно концепции В. А. Петровского, готовность предстает как динамическое образование, определяемое активностью самого субъекта, связанное с самодвижением деятельности, актуальной причинностью в системе побудительных факторов [10]. Именно «надситуативная активность» фиксирует факт существования таких тенденций, в которых субъект возвышается над ситуацией, преодолевая ситуативные ограничения на пути движения деятельности. Но, преодолевая препятствия, ограничения на пути движения деятельности, субъект преодолевает себя, реализуя свои субъектные возможности и потребности преодоления себя в подтягивании к общественно задаваемым «мотивам», целям, средствам, реализуя необходимость состояться и утвердиться в своей самости. И в этом плане надситуативная активность личности является самоосуществлением ее в отношении: к предметному миру, к миру людей, к своему внутреннему миру. Весьма существенным является и то, что представленность личностной активности связывается с адаптивными механизмами на разных уровнях регуляции - от преодоления реактивного до уровня сознательного.

Между тем необходимо отметить, что в современных психологических исследованиях функционирование человека в его взаимодействиях с социальной средой рассматривается как результат деятельности целостной саморегулирующейся системы, активность которой обеспечивается не просто совокупностью отдельных компонентов (подсистем), а их взаимодействием и «взаимосодействием», которые порождают новые интегративные качества, не присущие отдельным образующим подсистемам. Это приводит, как отмечает Р. М. Шамионов, к образованию в структуре личности новых, более обобщенных свойств с более сложной структурой - адаптационных новообразований [2]. Развитие системы за счет приобретения нового системного качества является, таким образом, основным результатом адаптации. В ряде работ отечественных исследователей показано, что именно в условии процесса адаптации может сформироваться психологическая система, представляющая собой согласованную деятельность регуляторных систем разного уровня, а может и не сформироваться, и тогда принято говорить о процессе дезадаптации [2, 3, 6]. Принципиальным отличием функциональной деятельности системы взаимодействий человека и окружающей среды от деятельности всех других самоуправляемых систем является наличие механизмов сознательного саморегулирования, в



основе которых лежит субъективная индивидуально-личностная оценка природных и социальных воздействий на человека.

### **Адаптационная готовность как интегральный эффект взаимодействия регуляторных систем**

Содержательно процесс адаптации представляет собой активное формирование (осознанное или неосознаваемое) субъектом стратегий и способов овладения ситуацией на разных уровнях регуляции поведения, деятельности, состояния. О. А. Конопкин в исследованиях личностного уровня саморегуляции именно общую способность к осознанной регуляции определяет как основу субъектного развития человека [11]. Ориентация на регуляторную активность личности позволяет признать, что человек не просто испытывает воздействия внешней среды и реагирует на них определенным образом, пытаясь соответствовать предъявляемым к нему требованиям, а взаимодействует со всей окружающей реальностью, произвольно изменяя степень свободы и диапазон реализации собственного адаптационного потенциала. Следует отметить, что упорядочение взаимодействия (вектор, содержание, приоритетные компоненты) определяется психологическими особенностями личности.

Как показано в ранее проведенных нами исследованиях, одним из существенных факторов упорядочения такого взаимодействия является субъективное благополучие, представляющее собой интегральную форму эмоционально-оценочного отношения человека к самому себе, различным сторонам своей жизни, определяющее характер переживаний, особенности восприятия окружающего мира, специфику поведенческих реакций на внешние воздействия, стратегий поведения. Показано, что направленность активности личности в зависимости от уровня субъективного благополучия проявляется в различиях стратегий адаптации: смещении от стратегий пассивного подчинения ситуации через пассивное противопоставление себя ей - к активному преобразованию. Например, у школьников с высоким уровнем субъективного благополучия в значимых сферах деятельности в качественно различных ситуациях (успеха и неуспеха) доминируют преимущественно адаптивные стратегии поведения, ориентированные на внешний мир (активность в учебной деятельности, расширение социальных контактов, заинтересованность в сфере профессиональных интересов). У «неблагополучных» неудача сопровождается преимущественно дезадаптивными стратегиями поведения, ориентированными на внешний и внутренний мир на уровне восприятия и эмоций (снижение работоспособности, негативные эмо-

циональные переживания) и достижение успеха в значимых сферах (профессиональных интересов, семейных отношений) приводит к дезадаптивным соматически ориентированным стратегиям поведения (ухудшению самочувствия) [12].

Адаптационная готовность довольно тесно связана с представлением человека о себе как источнике дальнейших преобразований ситуации неопределенности, их подконтрольности в субъективной интерпретации причинности развития событий. При этом сознание меры собственных возможностей, как отмечалось ранее, во многом определяется системой субъективных отношений человека, регулирующей объем и меру активности личности, отражающей потенциальную готовность к адаптации в новых социальных ситуациях. Игрет роль и то обстоятельство, что предпочтения стратегий поведения связываются с проявлением личностью возможностей саморегуляции в том смысле, что человек сам исследует ситуацию, программирует свою активность, контролирует и корректирует результаты. Весьма существенной в этом отношении является высказанная К. А. Абульханова-Славской идея, согласно которой способность личности к организации собственной активности, ее мобилизации, регулирования, согласования с объективными требованиями и активностью других людей есть не что иное, как проявление субъектности личности [13].

Вместе с тем оценка своих возможностей и готовность к их реализации проявляются в характеристиках функциональной взаимосвязи регуляторных образований личности. Определяя субъективное благополучие как интегральное социально-психологическое образование, исследователи подчеркивают его полифункциональность, отмечая, прежде всего, оценочные, активационные и регулятивные функции. Следует подчеркнуть диалектический характер взаимодействия субъективного благополучия с другими психическими образованиями: будучи обусловленным ими, субъективное благополучие в то же время само выступает важнейшей детерминантой их дальнейшего развития. В связи с этим особое внимания заслуживает вопрос о регуляторной роли субъективного благополучия, поскольку весьма существенным оказывается не сам по себе ход событий, а, прежде всего, отношение человека к тому, что происходит. Именно отношения, проявляющиеся во взаимосвязях человека с объективной реальностью, являются теми условиями, которые обеспечивают определенный уровень активности, с одной стороны, и определяют внутреннее переживание, ощущения, состояния, свойства субъекта (в целом удовлетворенность жизнью) - с другой.

Обобщенные данные исследований саморегуляции осознанной активности субъекта в достижении поставленных целей в разных видах

деятельности позволяют рассматривать саморегуляцию как функцию психического отражения, сущность которой заключается в согласовании активности индивида с внешними условиями и объективными связями объектов и явлений действительности, с одной стороны, и внутренними «необходимостями» субъекта, с другой, как функциональное средство субъекта, позволяющее ему мобилизовать свои личностные и когнитивные возможности (выступающие как психические ресурсы) для реализации собственной активности, для достижения субъектно принятых целей [10].

Вместе с тем осознанная саморегуляция концептуализируется как преимущественно целенаправленное планирование, построение и преобразование субъектом своих действий и поступков в соответствии с личностно значимыми целями, актуальными потребностями [14].

Обобщенный анализ данных эмпирического исследования, выполненного на пропорционально подобранных выборках по 35 человек (учащиеся 11-х классов общеобразовательных школ г. Саратова), отличающихся уровнем субъективного благополучия (на достоверно значимом уровне), свидетельствует о включенности субъективного благополучия в систему регуляторного процесса, являющегося одним из механизмов саморегуляции активности личности [12].

Сопоставительный анализ показателей выраженности компонентов саморегуляции в зависимости от уровня субъективного благополучия позволил выявить существенные различия в исследуемых выборках. Наибольшая выраженность компонентов «планирование», «оценка результатов», «самостоятельность» наблюдается в выборке «благополучных» ( $p < 0,01$ ); но общий уровень саморегуляции отличается наименьшей выраженностью, по сравнению с выборкой «неблагополучными» ( $p < 0,05$ ). Эти данные можно интерпретировать как свидетельство относительной автономности, независимости в выдвижении и удержании целей, способности адекватно оценивать результаты своей деятельности и степень рассогласования промежуточных результатов.

В выборке «неблагополучных» наиболее выраженную представленность имеют показатели «программирование» и общий уровень саморегуляции, наименьшую - «планирование», «оценивание результатов», «самостоятельность» ( $p < 0,01$ ). Иначе говоря, «неблагополучным» свойственно проявление тщательной детализации и развернутости разрабатываемых программ способов своих действий для достижения намеченных целей. Вместе с тем самостоятельное выдвижение целей, адекватная оценка достигнутых результатов и степени рассогласования промежуточных результатов вызывают затруднения. Важно и то, что общий уровень саморегуляции отличается наибольшей выраженностью в выборке с низким

уровнем благополучия. Очевидно, переживание неблагополучия, неудовлетворенность собой и результатами своих достижений является одним из компенсаторных механизмов саморегуляции активности.

Анализ межфункциональных связей в структуре системы саморегуляции в соотношении с уровневыми характеристиками субъективного благополучия позволил выявить существенные различия: в выборке с низким уровнем благополучия система саморегуляции представлена практически всеми функциональными звеньями (10 связей). Отмечается наличие тесных связей между такими регуляторными компонентами, как «планирование», «программирование», «моделирование» ( $r_{cp} = 0,366, p < 0,01$ ). Полагаем, что для данной категории испытуемых является важным тщательное продумывание способов своих действий для достижения намеченных целей, детализация и развернутость разрабатываемых программ с учётом значимости внешних и внутренних условий своей активности. Обращает на себя внимание наличие взаимосвязи между «планированием» и «самостоятельностью» (связь отрицательная), свидетельствующая, на наш взгляд, об ожидании поддержки окружающих в выдвижении, принятии и удержании целей.

Наряду с этим отмечается некоторая «отстраненность» такого компонента, как «оценивание результатов», проявляющаяся в косвенной связи с компонентами «планирование», «программирование», «моделирование» (через общий уровень саморегуляции), что свидетельствует о недостаточной развитости межфункциональной связи и, следовательно, о наличии структурно-функционального дефекта процесса регуляции, существенно ограничивающего эффективность достижения поставленных целей. Именно регуляторный компонент «контроль и оценка реальных результатов» обеспечивает непрерывную информацию о согласовании между желаемым и достигнутым (конечным) результатом. В связи с этим становится очевидным, что «неблагополучные» достаточно гибко относятся к интерпретации полученных результатов деятельности и способны изменять субъективные критерии оценки результатов достигнутого: либо просто снижают «строгость» субъективных критериев успешности при оценивании результатов своей деятельности, либо снижают уровень притязаний или повышают его в зависимости от полученного итога.

В целом нельзя не отметить, что наибольшее количество взаимосвязей приходится на общий уровень саморегуляции (5 связей): практически все компоненты саморегуляции («планирование», «программирование», «моделирование», «оценивание результатов») коррелируют с общим уровнем саморегуляции, кроме того, обнаружена взаимосвязь с «гибкостью».



В выборке с высоким уровнем субъективного благополучия система саморегуляции представлена всеми функциональными звеньями, взаимосвязанными в единое целое (14 связей). Данный факт свидетельствует о том, что система саморегуляции «благополучных» структурно более совершенна и согласованна, нежели у «неблагополучных». Одновременно с этим обращает на себя внимание тот факт, что наибольшее количество связей выпадает на такие компоненты саморегуляции, как «контроль и оценка результатов» (6 связей), «планирование» (5 связей) и «программирование» (5 связей). Наиболее тесные связи обнаружены между такими функциональными звеньями, как «контроль и оценка результатов», «планирование», «программирование», «моделирование» ( $r_{\text{ср}} = 0,372$ ,  $p < 0,01$ ). Необходимо подчеркнуть важность данной взаимосвязи в системе саморегуляции «благополучных».

Известно, что сформированный регуляторный компонент «контроль и оценка реальных результатов» обеспечивает непрерывную информацию о степени соответствия между субъектно принятой целью, запрограммированным ходом деятельности, ее этапными и конечными результатами и реальным ходом их достижения. Вместе с тем оценочное действие замыкает процесс регулирования, превращает его в замкнутую систему и тем самым качественно меняет возможности произвольной активности человека. Более того, именно оценка субъектом результатов деятельности делает его «деятельность не только "целенаправленной", но и "целедостигающей"» [14]. Таким образом, у «благополучных» отмечаются самостоятельность и независимость в выдвижении целей активности, тщательное продумывание способов своих действий для достижения намеченных целей, детализация и развернутость разрабатываемых программ, оценка и коррекция достигнутых результатов с учётом значимости внешних и внутренних условий своей активности. Кроме того, отмечается устойчивость субъективных критериев оценки успешности достижения результатов, о чем свидетельствует наличие отрицательной взаимосвязи между компонентами «контроль, оценка результатов» и «гибкость».

Обобщенная интерпретация полученных результатов позволяет констатировать, что система саморегуляции в зависимости от уровня субъективного благополучия имеет определенные структурные особенности: количество межфункциональных связей компонентов саморегуляции уменьшается от «неблагополучных» к «благополучным» испытуемым, но в отличие от «неблагополучных», структура саморегуляции «благополучных» более согласованна и совершенна.

## Заключение

Резюмируя вышесказанное, отметим, что в целом адаптационная готовность является результатом сложного взаимодействия внешних и внутренних факторов, действие которых, в свою очередь, преломляется через систему отношений личности. Полагаем, что именно субъективное благополучие является системообразующим фактором, обеспечивающим согласованность разных систем при реализации значимых для субъекта целей, и тем самым обеспечивает оптимальный уровень адаптационной готовности личности в ситуациях социальных изменений.

## Библиографический список

1. *Андреева Г. М.* Презентации идентичности в контексте взаимодействия // Психологические исследования. 2012. Т. 7, № 5 (26). С. 1. URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2012v5n26/772-andreeva26.html> (дата обращения: 22.11.2014).
2. *Шамионов Р. М.* Адаптационная готовность выпускников школы и первокурсников вуза во взаимосвязи с социально-психологическими факторами // Психология обучения. 2012. № 11. С. 116-123.
3. *Арендачук И. В.* Адаптационная готовность личности к учебно-профессиональной деятельности : системно-диахронический подход // Современные исследования социальных проблем : электронный научный журнал. 2013. № 10 (30). URL: [http://journal-s.org/index.php/sisp/article/view/10201327/pdf\\_447](http://journal-s.org/index.php/sisp/article/view/10201327/pdf_447) (дата обращения: 15.12.2014)
4. *Сагитова В.Р.* Место компетенций и компетентности в среде образование - практическая деятельность // Вестник МГОУ. 2014. № 3. URL: <http://vestnik-mgou.ru> (дата обращения: 15.12.2014).
5. *Ваганова А. Р.* Этногрупповые представления о благополучии и эмоционально-оценочное отношение к другим // Психология обучения. 2014. № 12. С. 143-150.
6. *Акименко А. К.* Позитивная психология в системе образования // Психология обучения. 2014. № 11. С. 131-141.
7. *Philips L.* Human adaptation and his failures. N.Y., 1968. 266 p.
8. *Налчаджян А. А.* Социально-психическая адаптация личности : формы, механизмы и стратегии. Ереван, 1988. 263 с.
9. *Посохова С. Т.* Психология адаптирующейся личности. СПб., 1998. 324 с.
10. *Петровский В. А.* Психология неадаптивной активности. М., 1992. 326 с.
11. *Конюшкин О. А.* Общая способность к саморегуляции как фактор субъектного развития // Вopr. психологии. 2004. № 2. С. 128-135.
12. *Бочарова Е. Е.* Стратегии копинг-поведения и субъективное благополучие личности // Адаптация личности в современном мире : межвуз. сб. науч. тр. Саратов, 2008. Вып 1. С. 22-29.

13. Абульханова-Славская К. А. Проблема определения субъекта в психологии // Субъект действия, взаимодействия, познания (Психологические, философские, социокультурные аспекты). М. ; Воронеж, 2001. С. 36-52.
14. Прыгин Г. С. Психология самостоятельности. Ижевск, 2009. 408 с.

### Adaptation Readiness of Personality to Situations of Social Changes

Elena E. Bocharova

Saratov State University  
83, Astrakhanskaya str., Saratov, 410012, Russia  
E-mail:bocharova-e@mail.ru

The article presents the results of theoretical and empiric research of adaptation readiness of personality. It has been shown that adaptation readiness is not only the result of difficult cooperation between external and internal factors but also an integral effect of multi-level integration of regulatory systems (subsystems) of personality. The researchers argue that subjective well-being serves as a backbone factor that ensures the consistency of different systems towards implementation of important objectives for the subject and thus ensures optimum adaptation readiness of an individual to situations of social change. The specific of display of level descriptions of well-being is shown in the system of interfunctional interrelation communications in the structure of the system of self-regulation. The applied aspect of the problem under practice can be put to practice in developing the programs for psychological and pedagogical accompaniment of formation and development of adaptation readiness of students' personality.

**Key words:** personality, adaptation readiness, self-regulation, subjective well-being.

### References

1. Andreeva G. M. *Prezentatsii identichnosti v kontekste vzaimodeystviya* (Identity presentation in interaction context). *Psikhologicheskie issledovaniya Psikhologicheskie issledovaniya* (Psychological researches), 2012, vol. 7, no. 5 (26). P. 1. Available at: <http://psystudy.ru/index.php/num/2012v5n26/772-andreeva26.html> (accessed 22 November 2014) (in Russian).
2. Shamionov R. M. *Adaptatsionnaya gotovnost' vypusknikov shkoly i pervokursnikov vuza vo vzaimosvyazi s sotsial'no-psikhologicheskimi faktorami* (Adaptation readiness of school graduates and first-year university students in interaction with social and psychological factors). *Psikhologiya obucheniya* (Educational Psychology), 2012, no. 11, pp. 116-123 (in Russian).
3. Arendachuk I. V. *Adaptatsionnaya gotovnost' lichnosti k uchebno-professional'noy deyatel'nosti: sistemno-diakhronicheskiy podkhod* (Adaptation readiness of personality to teaching-professional activity: the systematic-diachronic approach). *Sovremennye issledovaniya sotsial'nykh problem* (Modern Research of Social Problems: Scientific e-Journal), 2013, no. 10 (30). Available at: [http://journals.org/index.php/sisp/article/view/10201327/pdf\\_447](http://journals.org/index.php/sisp/article/view/10201327/pdf_447) (accessed 15 Desember 2014) (in Russian).
4. Sagitova V. R. *Mesto kompetentsiy i kompetentnosti v srede obrazovaniya -prakticheskaya deyatel'nost'* (The place of competences and awareness in the environment education - practical activity). *Vestnik MGOU* (Bulletin of Moscow State Regional University), 2014, no. 3. Available at: <http://vestnik-mgou.ru/Authors/View/9631> (accessed 15 Desember 2014) (in Russian).
5. Vagapova A. R. *Etnogruppovye predstavleniya o blagopoluchii i emotsional'no-otsennochnoe otnoshenie k drugim* (Representations of Ethnic Groups Regarding Well-Being and Emotional-Evaluative Attitude to Others). *Psikhologiya obucheniya* (Educational psychology), 2014, no. 12, pp. 143-150 (in Russian).
6. Akimenko A. K. *Pozitivnaya psikhologiya v sisteme obrazovaniya* (Positive psychology in the system of education). *Psikhologiya obucheniya* (Educational Psychology), 2014, no. 11, pp. 143-150 (in Russian).
7. Philips L. *Human adaptation and his failures*. New York, 1968. 266 p. (in English).
8. Nalchadzhyan A. A. *Sotsial'no-psikhicheskaya adaptatsiya lichnosti: formy, mekhanizmy i strategii* (Socially-psychical adaptation of personality: forms, mechanisms and strategists). Erevan, 1988. 263 p.
9. Posokhova S. T. *Psikhologiya adaptiruyushcheylya lichnosti* (Psychology of adapting oneself personality). St.-Petersburg, 1998. 324 p. (in Russian).
10. Petrovskiy V. A. *Psikhologiya neadaptivnoy aktivnosti* (Psychology of non-adaptive activity), Moscow, 1992. 326 p. (in Russian).
11. Konopkin O. A. *Obshchaya sposobnost' k samoregulyatsii kak faktor sub'ektnogo razvitiya* (General capacity for self-regulation as a factor of subject development). *Voprosy Psichologii* (Voprosy Psichologii), 2004, no. 2, pp. 128-135 (in Russian).
12. Bocharova E. E. *Strategii koping-povedeniya i sub'ektivnoe blagopoluchie lichnosti* (Strategies of coping-behavior and subjective well-being of personality). *Adaptatsiya lichnosti v sovremennom mire: mezhvuz. sb. nauch. tr.* (Adaptation of personality is in the modern world: interuniversity collection of scientific works). Saratov, 2008, iss. 1, pp. 22-29 (in Russian).
13. Abul'khanova-Slavskaya K. A. *Problema opredeleniya sub'ekta v psikhologii: psikhologicheskie, filosofskie, sotsiokul'turnye aspekty* (Problem of determination of subject in psychology: psychological philosophical, sociocultural aspects). *Sub'ektdeystviya, vzaimodeystviya, poznaniya* (Subject of action, cooperation, cognition). Moscow; Voronezh, 2001, pp. 36-52 (in Russian).
14. Prygin G. S. *Psikhologiya samostoyatel'nosti* (Psychology of independence). Izhevsk, 2009. 408 p. (in Russian).