

## РОЛЬ ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ В АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ДО ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВ

**Мірошниченко О.,**

*кандидат педагогічних наук,  
доцент кафедри педагогіки, професійної освіти  
та управління освітніми закладами,  
Житомирський державний університет імені Івана Франка  
ORCID id 0000-0002-5712-3752*

**Гуцуляк О.**

*аспірант кафедри теоретичної та практичної психології,  
Житомирський державний університет імені Івана Франка*

## THE ROLE OF INDIVIDUALLY-TYOLOGY FEATURES IN THE ADAPTATION OF PERSONALITY TO EXTREME CONDITIONS

**Miroshnychenko O.,**

*PhD (Candidate of Pedagogical sciences), associate professor,  
Department of Pedagogy, Professional Education and Management  
of Educational Institutions,  
Zhytomyr Ivan Franko State University*

**Gutculyak A.**

*postgraduate student of the Department of Theoretical and Practical Psychology,  
Zhytomyr Ivan Franko State University*

### Анотація

У статті розглядаються індивідуально-типологічні особливості українських зимівників та її роль в процесі адаптації до екстремальних умов життєдіяльності. Актуальність статті базується на тому, що Україна вже протягом 25-х років досліджує «Білий континент» на Українській антарктичній станції «Академік Вернадський». Зимівля українських полярників пов'язана з тривалим перебуванням на обмеженій території, що вимагає адаптації до соціальної ізоляції, сенсорної і психологічної депривації у зимуючих. Крім того, психологічна адаптація зимівників проходить в умовах суворого клімату і багато в чому залежить від психофізіологічних особливостей учасників експедиції. Метою статті є представлення психологічних досліджень індивідуально-типологічних особливостей у зимуючих в Антарктиці як передумови психологічної адаптації особистості. Проаналізовано наукові розробки вітчизняних та зарубіжних дослідників, що займаються проблемою адаптації до життєдіяльності в екстремальних умовах. Уточнено поняття психологічної адаптації до життєдіяльності в екстремальних умовах; визначено індивідуально-психологічні особливості зимівників; представлено методологічний інструментарій психологічного дослідження. Такі результати дозволили визначити нові критерії психофізіологічного та психологічного прогнозування, а також підтвердили необхідність застосування психологічних досліджень антарктичних зимівників.

### Abstract

The article considers the individually-typology features of Ukrainian winterers and its role in the process of adaptation to extreme living conditions. The relevance of the article is based on the fact that Ukraine for 25 years has the opportunity to explore the White Continent at the Ukrainian Antarctic Station «Academician Vernadsky». Wintering of the Ukrainian polar explorers is related to the protracted stay on a limit territory that requires adaptation to the social isolation sensory and psychological deprivation in wintering. The aim of the article is to present psychological studies the individually-typology features in wintering people in Antarctica as a prerequisite

for psychological adaptation of personality. The scientific developments of domestic and foreign researchers dealing with the problem of adaptation to life in extreme conditions are analyzed. The concept of psychological adaptation to life in extreme conditions is specified; the individually-typology features of winterers are determined; methodological tools of psychological research are presented. The main accentuations that are characteristic of winterers are highlighted, and the peculiarities of personality behavior with different types of accentuations are described. Such results allowed to determine new criteria of psychophysiological and psychological forecasting, and also confirmed necessity of application of psychological researches of Antarctic winterers.

**Ключові слова:** адаптація до екстремальних умов життєдіяльності, індивідуально-типологічні особливості, особистість, акцентуація.

**Keywords:** adaptation to the extreme terms of vital functions, individually-typology features, personality, accentuation.

### *Вступ / Introduction*

Згідно з холистичним підходом, організм людини є частиною Природи та не відокремлений від навколишнього середовища, а адаптація людини до умов життєдіяльності підпорядковується природним законам і процесам, перебуваючи в тісному взаємозв'язку з кліматичними, метеорологічними, біоритмологічними та іншими факторами (Міхеевко, 2013).

У дослідженні українського зимівника ми спиρασемося на таке розуміння психологічної адаптації особистості, в якому відображається ідея активності особистості. А. Налчаджян, в якості специфічних особливостей психологічної адаптації, відмічав активну участь свідомості, вплив професійної діяльності людини на середовище та зміну способів власної адаптації у відповідності з соціальними умовами побуту (Налчаджян, 2010: 26). Психологічна адаптація – складне та багаторівневе явище пристосування, включення особи як у мікро-, так і в макросередовище життєдіяльності. На нашу думку, процес психологічної адаптації передбачає, перш за все, активність самого суб'єкта діяльності, яка вимагає осмислення своїх дій і вчинків, пошуку власних шляхів рішень відповідно конкретним умовам життєдіяльності, аналіз характерних особливостей і результатів взаємодії (в даному випадку зимівника) з новими людьми і обставинами. Психологічну адаптацію до екстремальних умов життєдіяльності ми досліджували через прояви індивідуально-типологічних особливостей у зимівників.

### *Мета та завдання / Aim and tasks*

Метою статті є представити теоретичні основи та практичні результати дослідження ролі індивідуально-типологічних особливостей в психологічній адаптації українських зимівників до життєдіяльності в екстремальних умовах на прикладі 10-ти експедицій до Української антарктичної станції «Академік Вернадський». **Завдання:** 1) уточнити поняття адаптації до життєдіяльності в екстремальних умовах; 2) представити методологічний інструментарій психологічного дослідження; 3) продемонструвати результати дослідження індивідуально-типологічних особливостей зимівників та їх роль в адаптації до екстремальних умов життєдіяльності на прикладі 10-ти експедицій до Української антарктичної станції «Академік Вернадський».

### *Методи дослідження / Research methods*

Емпіричне дослідження проводилось у період з 2011 по 2020 рр. В дослідженні взяли участь зимів-

ники, що виконували професійні обов'язки на Українській антарктичній станції «Академік Вернадський» протягом 12-13-ти місяців поспіль. Загальна кількість досліджуваних складала 71 особу (з них 69 осіб чоловічої статі, 2 – жіночої), вік респондентів від 23-х до 63-х років.

Організація досліджень узгоджувалася з програмою психологічних завдань Національного антарктичного наукового центру (НАНЦ) України. Особливості організації та оформлення даних дослідження представлені нами у попередніх виданнях і публікаціях (Мірошніченко, Моїсєєнко, Литвинов, 2015; Мірошніченко, 2016).

Для визначення індивідуально-типологічних особливостей у зимівників та їх роль в процесі адаптації до життєдіяльності в екстремальних умовах нами використовувалися різні групи методів: організаційні, емпіричні, методи обробки даних та інтерпретаційні. Серед емпіричних методів були застосовані спостереження та самоспостереження, серед психодіагностичних у даній статті представлені результати використання методик щодо вивчення акцентуацій характеру, а саме: «Визначення акцентуацій характеру» К. Леонгарда-Г. Шмішека (Райгородский, 2008: 274-281); «Визначення типу особистості» Дж. Олдхема і Л. Морріса (Райгородский, 2008: 312-384); «Характерологічна акцентуація особистості і нервово-психічна нестійкість» Д. Шпаченко (Большая энциклопедия психологических тестов, 2006: 193-206); «Опитувальник ММРІ (скорочений варіант Мінесотського багатовимірного особистісного опитувальника)», адаптація Ф. Березіна і М. Мірошнікова (Райгородский, 2008: 261-269); «Прогноз» Санкт-Петербурзької військово-медичної академії (Райгородский, 2008: 544-548).

З групи методів обробки даних було використано кількісний (математична статистика; порівняння середніх значень за допомогою параметричних та непараметричних методів), та якісний (диференціювання матеріалу за типами досліджуваних). З групи інтерпретаційних – використовувалась структурна та якісна інтерпретація особливостей отриманих результатів. Отримані результати методик були підтверджені шляхом застосування допоміжного методу – бесіди, які проводилися з досліджуваними. Застосування даних методів забезпечили надійність і валідність нашого дослідження.

### *Результати / Research results*

Індивідуально-типологічні особливості особистості залежать як від природно-біологічних властивостей, так і від факторів зовнішнього середовища, які накладають відбиток на спосіб життя і знаходять відображення в поведінці людини. Аналіз теоретичного матеріалу показує, що характер особистості може мати різні ступені вираженості індивідуально-типологічних особливостей. Стосовно яскраво виражених проявів індивідуально-типологічних рис найбільшу популярність здобув термін К. Леонгарда (Леонгард, 1981) – «акцентована особистість». На його думку, акцентовані осо-

бистості – це здорові індивіди зі своїми індивідуальними особливостями. Щоб перевірити, як акцентовані риси характеру, що їх ми розглядаємо як індивідуально-типологічні особливості особистості, проявляються в процесах адаптації українських зимівників, ми провели дослідження за допомогою вищевказаних методик, порівнявши їх прояв в різних за темпераментом групах досліджуваних. Після проведення методик було проаналізовано отримані результати, дані зведені в загальну таблицю (Див. табл. 1). Назви шкал в основному співпадають з назвами, представленими у методиці Леонгарда-Шмішека.

Таблиця 1

## Узагальнена класифікація типів акцентуацій у зимівників (71 особа)

№ п/п	Назва типу акцентуації	На основі якого темпераменту частіше проявляється	К-кість осіб з акцентуаціями (у %)
1.	Гіпертимний	Сангвінічний	40 (56,3%)
2.	Дистимний	Флегматичний	4 (5,6%)
3.	Лабільний	Холеричний	11 (15,4%)
4.	Тривожний	Флегматичний	4 (5,6%)
5.	Емотивний	Меланхолічний	25 (35,2%)
6.	Педантичний	Флегматичний	6 (8,5%)
7.	Замкнутий		відсутні
8.	Застрагаючий	Холеричний	18 (25,3%)
9.	Збудливий	Холеричний	10 (14,1%)
10.	Демонстративний	Холеричний	18 (25,3%)
11.	Нестійкий	Холеричний	3 (4,2%)
12.	Конформний	Сангвінічний	1 (1,4 %)

У представленій таблиці дається наявність акцентованих рис характеру українських зимівників. Як бачимо, найбільший відсоток має гіпертимна акцентуація, що свідчить про наявність оптимізму, підвищеного настрою, почуття авантюризму, схильності до ризикованих вчинків, щирості, відкритості, «невгамовності». Більше половини досліджуваних зимівників (56, 3%) мають такі риси, що, певною мірою, допомагає їм впоратися з труднощами адаптації до екстремальних умов життєдіяльності.

Друге місце «посідає» емотивна акцентуація. Її мають більше третини (35,2%) досліджуваних зимівників. Це свідчить про наявність у них емпатії, почуття співучасті в життєдіяльності тих, з ким доводиться ділити роботу і побут. На нашу думку, без прояву емпатії до товаришів неможливо відчувати себе членом замкнутої групи. Тому вважаємо такі риси одними з необхідніших для адаптації до життєдіяльності в екстремальних умовах Антарктики.

Третє місце у «рейтингу» типів акцентуацій зимівників поділяють застрягаючий та демонстративний типи. Наявність названих типів мають більше чверті досліджуваних (по 25,3%). Застрягання у наших досліджуваних характеризується підвищеною наполегливістю, завзятістю у справах, цілеспрямованістю, бажанням завершити початі роботи, долаючи перешкоди, прагненням добитися успіху не дивлячись на труднощі. На нашу думку, такі прояви застрягаючого типу характеру є рисами готовності до роботи і життя в екстремальних умовах Антарктики.

Також більше чверті досліджуваних (25,3%) мають показники демонстративної акцентуації. Такі досліджувані мають риси артистичності, їм подобається бути у центрі уваги, вони – незамінні лідери під час проведення дозвілля довгими зимовими вечорами. Як відомо, на українській антарктичній станції зберігається традиція британців, які влаштовували по суботах «джентльменські вечірки» з краватками і дорогими столовими приборами. Такі вечірки сприяють згуртованості малої групи, задовольняють потребу у спілкуванні, обміну думками, вираженості почуттів. Саме на таких неформальних зустрічах команда має можливість привітати з днем народження тих, у кого цей день був на минулому тижні. В кожній експедиції є такі зимівники, що вміють писати вірші, складати пісні, робити відео-роліки для іменинників, як правило, це і є представники демонстративного типу акцентуації. Такі люди часто стають «душею компанії» і організаторами свят в найбільш складний період зимівлі: період антарктичної зими, коли станція практично «відрізана» від «Великої Землі». В цей період емоційні лідери організують травневі демонстрації, змагання з футболу на снігу, свято «Мідвінтеру» (середина зимівлі – самий короткий світловий день 22 червня), якій почитають поляриники всіх країн. Тож роль осіб з демонстративною акцентуацією є незамінною у справі підняття «бойового духу» команди і також є показником психологічної готовності до життєдіяльності в умовах Антарктики.

Найменш притаманними зимівникам виявилися такі типи акцентуацій: конформний (у одної особи), нестійкий (у 3-х осіб), тривожний (у 4-х осіб), дистимний (у 4-х осіб). Шизоїдної акцентуації (замкнутий тип) не виявилось у жодної особи. Вочевидь, такі типи акцентуацій не характерні для людей, які приймають рішення і мають готовність до тривалої експедиції в Антарктику.

#### Обговорення / Discussion

Особливості адаптації до професійної діяльності досліджують І. Perelygina, І Mykhlyuk. Вони досліджують прояви акцентуацій у адаптації до професійної діяльності у службовців Міністерства надзвичайних ситуацій, які також виконують свої обов'язки в екстремальних умовах. Їхні дані свідчать про більш виражену, ніж у зимівників, форму акцентуацій характеру (Perelygina & Mykhlyuk, 2017).

Схожі дані представлені у роботах Е. Михлюка (Михлюк, 2012) та О. Башкіної (Башкіна, 2015), які досліджували акцентуації характеру у працюючих системі МНС та режимних установах відповідно. Е. Михлюк відмічає, що такі акцентовані риси характеру, як педантичність, тривожність та шизоїдність проявляються у пожежників-рятувальників та призводять до підвищеного ризику виникнення травм і аварій. О. Башкіна доводить, що такі типи акцентуацій, як лабільний, тривожний та нестійкий, спостерігаються у осіб з високими показниками порушень службової дисципліни в режимних видах діяльності. Як бачимо, у даних нашого дослідження такі типи акцентуацій практично не проявляються.

Зарубіжні дослідники з тих країн, що мають постійно діючі антарктичні станції, також відмічають складності адаптації до суворих умов Антарктики, а саме: психофізіологічна адаптація залежить від рівня психологічної готовності до виконання професійних обов'язків в складних ситуаціях. Так, М. Mehta, G. Chugh встановили, що важливу роль у пристосуванні до важких умов відіграють такі соціальні риси особистості, як ентузіазм, відповідальність, оптимістична орієнтація на майбутнє, рішучість та потреба у самореалізації (Mehta & Chugh, 2011). Це ж доводять і матеріали наших досліджень.

#### Висновки / Conclusion.

Результати дослідження довели, що психологічна адаптація українських зимівників до екстремальних умов має складну ієрархічну будову та формується на основі індивідуально-типологічних якостей і впливу відповідних природних, міжособистісних і професійних умов. При цьому, особистісні характеристики людини мають тісний зв'язок зі станом психофізіологічних функцій, у тому числі з акцентуаціями характеру. Поряд з загальними закономірностями адаптації, ми вважаємо, що адаптивна поведінка особистості свідчить про високий рівень готовності до життєдіяльності в екстремаль-

них умовах. Така особистість переважно має ефективну форму адаптації та активно виконує професійні обов'язки в екстремальних умовах Антарктики. Такі особистості складають більшість зимівників на Українській антарктичній станції.

#### Список літератури

1. Башкіна О. Е. Психологические аспекты профотбора в режимных видах деятельности / О. Е. Башкіна // «Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие». – 2015. – №3 (10) www.humjournal.rzgmu.ru.
2. Леонгард К. Акцентуированные личности. – Киев: Вища школа, 1981. – 392 с.
3. Mehta M., Chugh G. Achievement Motivation and Adjustment in Members of Indian Scientific Expedition to Antarctica. Psychological Studies. – 2011. – № 56(4).
4. Мирошніченко О. А. Роль темперамента зимовщика в процессе адаптации к условиям жизнедеятельности в Антарктике / О. А. Мирошніченко // Наука і освіта: журнал науково-практичний: Педагогіка і психологія. – № 7/СХХХVIII, 2016. – Одеса: «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського». – С. 126-132.
5. Мірошніченко О. А., Моїсеєнко Є. В., Литвинов В. А. Основи психофізіологічних та психологічних умов діяльності: підручник / О. А. Мірошніченко, Є. В. Моїсеєнко, В. А. Литвинов. – Житомир: Рута, 2015. – 296 с. Затверджено МОН України (лист № 1/11 – 13386 від 20 серпня 2014 року)
6. Міхеєнко О. І. Конкретизація сутності поняття «здоров'я» як методологічне підґрунтя практики оздоровлення організму людини / О. І. Міхеєнко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 2. – С. 42-46.
7. Михлюк Е. І. Вплив акцентуацій особистості на успішність професійної діяльності / Е. І. Михлюк // Проблеми екстремальної та кризової психології Харків: Національний університет цивільного захисту України. – 2012. – Вип. 12, ч. 2. – С. 11-18.
8. Налчаджян А. А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии / А. А. Налчаджян. – Москва: Эксмо, 2010. – 386 с.
9. Perelygina L. The dynamics of manifestation of professionally caused accentuations in employees of the state emergency service of Ukraine / L. Perelygina, E. Mykhlyuk // Development and modernization of social sciences: experience of Poland and prospects of Ukraine: Collective monograph. Vol. 1. Lublin: Izdevnieciba "Baltija Publishing", 2017. 336 p. Maria Curie-Sklodowska University, С.305-322.
10. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тексты. Учебное пособие / Д. Я. Райгородский. – Самара: «БАХРАХ-М», 2008. – 672 с.