

Меленчук Н.І.

ДЗ «Південноукраїнський національний університет імені К.Д. Ушинського»

Синенко О.І.

ДЗ «Південноукраїнський національний університет імені К.Д. Ушинського»

АДАПТИВНІ МОЖЛИВОСТІ ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ

У статті розглянуто поняття «життєстійкість» та «адаптивність». Надано результати емпіричного дослідження адаптивності осіб з різним рівнем життєстійкості. Адаптивність розглядається як здатність особистості до внутрішніх (психологічних) і зовнішніх (поведінкових) перетворень, перебудов, спрямованих на збереження або відновлення рівноважних взаємин особистості з мікро- і макросоціальним середовищем при змінах у характеристиках цього середовища. Життєстійкість розуміється як особистісна характеристика, що відображає три життєві установки: залученість, впевненість у можливості контролювати над подіями, готовність до ризику. Для діагностики показників життєстійкості використовувався «Тест життєстійкості» С. Мадді в адаптації Д. Леонт'єва, О. Расказової. Вивчення показників адаптивності здійснювалось за допомогою «Тест-опитувальника адаптивності» О. Саннікової, О. Кузнєцової.

Наданий аналіз результатів кількісного та якісного аналізів даних. Презентовано результати кореляційного аналізу особливостей взаємозв'язків показників життєстійкості та адаптивності. Виявлено наявність додатних значущих взаємозв'язків між всіма показниками життєстійкості і більшістю показників адаптивності. Надано опис профілів характеристик адаптивності осіб з різним рівнем життєстійкості. Встановлено, що особи з високим рівнем життєстійкості характеризуються готовністю до змін, використанням активної поведінки для пошуку можливих способів подолання кризових ситуацій, здатністю ефективно діяти у несподіваних, нових ситуаціях та протистояти життєвим труднощам. У осіб з низьким рівнем життєстійкості слабше проявляються ці показники, що може призводити до їх уникнення і значно знижує можливість адаптивності особистості. Отже, в результаті теоретико-емпіричного дослідження показані індивідуальні відмінності в адаптивності через специфіку життєстійкості. Доведено, що життєстійкість є важливою рисою «адаптивної» особистості.

Ключові слова: адаптивність, життєстійкість, залученість, контроль, готовність до ризику, особистість, індивідуально-психологічні відмінності.

Постановка проблеми. Стан кризи і світоглядної розгубленості, в якій знаходиться українське суспільство, завдання щодо його оновлення і розвитку відповідно до сучасних цивілізаційних стандартів надають додаткової актуальності психологічному дослідженню життєстійкості особистості, розкриттю адаптивних можливостей особистості при переживанні життєвих криз. Умови сучасного життя спрямували увагу науковців на вивчення внутрішніх потенціалів людини, що допомагають їй протистояти важким життєвим умовам, зберігаючи свою цілісність та ідентичність. Для позначення цих потенціалів сучасні психологи використовують цілий ряд категорій, таких як життєстійкість, адаптивність, психологічна стійкість, особистісний потенціал, життєздатність та ін.

Нове суспільство висуває людині нові вимоги. Для того, щоб пристосуватися та адаптуватися до такого активного та інтенсивного життя, успішно реалізувати себе, людині потрібно придбати такі якості особистості, які б дозволила б їй ефективно самореалізуватись, зростати внутрішньо, адаптуватись до сучасних умов життя, зберегти ефективну діяльність тощо.

Подолання та оптимальне проживання складних життєвих періодів є особливо актуальним для теперішнього періоду розвитку нашого суспільства. В успішному протистоянні особистості негативним впливам середовища ключову роль відіграє життєстійкість особистості.

У пострадянській та українській психології вивчення проблеми життєстійкості пов'язане

з дослідженнями опанування складних ситуацій (Т. Ларіна, О. Лібін, О. Лібіна, Т. Титаренко, А. Фомінова), знаходження смислу життя (Н. Чепелева, М. Смульсон), з проблемою життєтворчості (Д. Леонтьєв), самореалізації особистості (Л. Коростильова, С. Максименко, Л. Сердюк), саморегуляції активності особистості (М. Боришевський, О. Кокун, С. Максименко, О. Осницький, В. Моросанова), здатність до адаптації (О. Кузнецова, А. Маклаков, О. Саннікова) тощо.

Усе це обумовлює необхідність вивчення особливостей адаптивності осіб з різним рівнем життєстійкості в період переживання життєвих криз.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вперше термін «життєстійкість» вжито Сьюзен Кобейса, але основні дослідження цієї проблеми належать Сальваторе Мадді. На думку С. Мадді, стресові впливи переробляються людиною саме за допомогою життєстійкості, яка допомагає трансформувати негативний досвід у нові можливості. Саме ця риса є основою відкритого й енергійного протистояння стресовим подіям і життєвим кризам. За С. Мадді, життєстійкість (hardiness) є системою перетворень про себе, про світ, про відношення зі світом [7; 8].

Аналіз наукових підходів до поняття життєстійкості вказує на те, що вона є важливим компонентом розвитку особистості. Саме ця властивість дає змогу людині чинити опір негативним проявам навколишнього середовища, сприяє збереженню здоров'я та підтриманню оптимального рівня працездатності й активності в стресових умовах, надає впевненості та рішучості у власних діях.

Життєстійкість характеризує ступінь сформованості здатності особистості витримувати ситуацію гострого або хронічного стресу, зберігати внутрішню збалансованість, не знижуючи при цьому успішності діяльності. Зазначена властивість особистості є одним із ключових параметрів індивідуальної здатності людини до зрілих форм саморегуляції, фундаментом її особистісних рис [5].

Т. Титаренко та Т. Ларіна визначають життєстійкість особистості як вміння ефективно існувати всупереч життєвим перешкодам та труднощам. Це здатність людини зберігати баланс між пристосуванням до нових вимог та прагненням жити гармонійно, повноцінно [4].

Отже, аналізуючи праці із зазначеної проблематики, можна виділити такі характеристики життєстійкості особистості: високий рівень роз-

виненості вольових якостей оптимальна смислова регуляція; розвинена соціальна компетентність; повноцінність орієнтування у реальній ситуації; стійкість до фрустрації; адекватна самооцінка; самостійність тощо [5; 6; 7; 8].

Життєстійкість пов'язана з різноманітними психологічними якостями, серед яких важливе місце займає адаптивність особистості.

В цьому дослідженні ми зосереджуємо свою увагу на вивченні адаптивності саме в особистісному аспекті; розглядаємо її як стійку властивість, пов'язану з проявами життєстійкості. Тому ми спираємось на визначення адаптивності О. Саннікової, О. Кузнецової, які розглядають її як багаторівневе цілісне утворення, що містить формально-динамічний, змістовно-особистісний та соціально-імперативний рівні. На їх думку, адаптивність особистості характеризується здатністю особистості до внутрішніх (психологічних) і зовнішніх (поведінкових) перетворень, перебудов, спрямованих на збереження або відновлення рівноважних взаємин особистості з мікро- і макросоціальним середовищем при змінах у характеристиках цього середовища [2; 3].

Отже, метою статті є викладення результатів теоретико-емпіричного дослідження особливостей адаптивності осіб з різним рівнем життєстійкості.

Методологія й методи. Приступаючи до цього дослідження ми припустили, що особи з високим рівнем життєстійкості будуть відрізнятися від осіб з низьким рівнем життєстійкості особливостями адаптивних можливостей. Підставою для такого припущення слугують данні психологічних літературних джерел, де серед чинників, що опосередковують життєстійкість особистості, розглядаються такі, як: особистісна автономія і незалежність, внутрішня свобода [1]; осмисленість життя [10]; життєстійкість у складних обставинах [8]; готовність до внутрішніх змін; здатність сприймати нову інформацію, здібності до вироблення особистісних стратегій [4]; постійна готовність до дії, особливості планування діяльності [5] тощо. Саме ці риси відбивають основний зміст і складові адаптивності особистості [3].

Емпіричне дослідження, що спрямоване на вивчення особливостей адаптивності осіб з різним рівнем життєстійкості, проводилось в три етапи: 1) підготовчий; 2) діагностичний; 3) аналітико-інтерпретаційний. Для діагностики показників життєстійкості та адаптивності особистості підбрано такі надійні та валідні методики: «Тест життєстійкості» С. Мадді в адаптації Д. Леонтьєва,

О. Расказової [1] та «Тест-опитувальник адаптивності» О. Саннікової, О. Кузнецової [3].

«Тест життєстійкості» спрямований на діагностику факторів, що сприяють успішному подоланню стресу та зниженню внутрішньої напруги. В якості показників життєстійкості виділяються такі компоненти: залученість, контроль, прийняття ризику [1].

«Тест-опитувальник адаптивності» надає можливості діагностувати формально-динамічні та якісні показники адаптивності: широту охоплення сигналів соціуму, легкість розпізнавання та ієрархізації сигналів соціуму, точність орієнтації в соціальних очікуваннях, стійкість емоційного переживання, готовність змінюватися, готовність до здійснення конструктивних дій, що спрямовані на переборювання невдач, готовність до здійснення дій, що спрямовані на досягнення мети, показник загального задоволення і загальний показник адаптивності [3].

Задля вивчення специфіки адаптивності у осіб з різним рівнем життєстійкості використовувались кількісний (кореляційний) та якісний (метод «асів» і метод «профілів») аналізи даних. Кореляційний аналіз дав можливість встановити взаємозв'язки між всіма показниками, що досліджуються. Застосування якісного аналізу даних допомогло вивчити особливості прояву адаптивності осіб з різним рівнем життєстійкості. Математико-статистична обробка результатів емпіричного дослідження проводилися за допомогою статистичної програми Microsoft Excel for Microsoft Windows і комп'ютерної програми математичної статистики IBM SPSS Statistics 26.0 for Windows 10.

Вибірку склали здобувачі другої вищої освіти

Відділення перепідготовки фахівців за магістерською програмою із психології Державного закладу «Південноукраїнський національний університет імені К. Д. Ушинського». Всього у дослідженні взяло участь 60 осіб у віці від 25 до 45 років.

Результати й дискусії. На першому етапі емпіричного дослідження нами був проведений кореляційний між показниками адаптивності і показниками життєстійкості. Це допомогло встановити характер взаємозв'язків між зазначеними показниками (див. табл. 1).

Отже, аналіз отриманих кореляційних взаємозв'язків між показниками адаптивності і життєстійкості у даній вибірці обстежених виявив такі тенденції. Усі показники життєстійкості та адаптивності зв'язані між собою додатньо на статистично значимому рівні.

Так, показник життєстійкості – Зл (залученість) встановив значимі додатні зв'язки на 1% рівні з такими показниками адаптивності, як: ТОСО (точність орієнтації в соціальних очікуваннях), ГПН (готовність до здійснення конструктивних дій, що спрямовані на переборювання невдач), ГДМ (готовність до здійснення дій, що спрямовані на досягнення мети), ПЗЗ (показник загального задоволення) і ЗПА (загальний показник адаптивності). Такі показники життєстійкості, як Кн (контроль) і ЗЖ (загальна життєстійкість), продемонстрували значимі додатні зв'язки з більшістю показників адаптивності, а саме: ТОСО (точністю орієнтації в соціальних очікуваннях), ГПН (готовністю до здійснення конструктивних дій, що спрямовані на переборювання невдач), ГДМ (готовністю до здійснення дій, що спрямовані на досягнення мети), ПЗЗ (показником

Таблиця 1

Значимі коефіцієнти кореляції між показниками адаптивності і показниками життєстійкості

Показники адаптивності	Показники життєстійкості			
	Зл	Кн	ПрР	ЗЖ
ТОСО	430**	411**	323*	465**
ГЗ		335*		275*
ГПН	431**	443**	386**	503**
ГДМ	478**	459**	365**	515**
ПЗЗ	583**	440**	466**	582**
ЗПА	429**	530**	362**	529**

Примітка: 1) нулі та коми опущені; 2) позначення * – значущість зв'язку на рівні $p \leq 0.05$; 3) умовні позначення показників життєстійкості: Зл – залученість; Кн – контроль; ПрР – прийняття ризику; ЗЖ – загальна життєстійкість; 4) умовні позначення показників адаптивності: ШООС – широта охоплення сигналів соціуму, ЛІСС – легкість розпізнавання та ієрархізації сигналів соціуму, ТОСО – точність орієнтації в соціальних очікуваннях, ГЗ – готовність змінюватися, ГПН – готовність до здійснення конструктивних дій, що спрямовані на переборювання невдач, ГДМ – готовність до здійснення дій, що спрямовані на досягнення мети, ПЗЗ – показник загального задоволення, ЗПА – загальний показник адаптивності.

загального задоволення), ЗПА (загальним показником адаптивності) на 1% рівні, з показником ГЗ (готовністю змінюватися) – на 5% рівні.

І, нарешті, показник життєстійкості, ПрР (прийняття ризику) додатньо пов'язаний на 5% рівні з показником адаптивності, ТОСО (точність орієнтації в соціальних очікуваннях); на 1% рівні – з показниками ГПН (готовність до здійснення конструктивних дій, що спрямовані на переборювання невдач), ГДМ (готовність до здійснення дій, що спрямовані на досягнення мети), ПЗЗ (показник загального задоволення) і ЗПА (загальний показник адаптивності).

Такі результати кореляційного аналізу дають можливість зазначити, що життєстійкість закономірно пов'язана з легкістю налагодження міжособистісних стосунків, орієнтацією в соціальних очікуваннях, гнучкістю, готовністю змінюватися та здійснювати конструктивні дії, котрі спрямовані на досягнення мети. Отримані кореляційні дані стали засадою подальшого дослідження за допомогою якісного аналізу.

Для аналізу емпіричних даних було диференційовано вибірку за рівнем розвитку загального показника життєстійкості за допомогою методу

«асів». За цим критерієм нами було виокремлено із загальної вибірки дві групи осіб: групу осіб з високим рівнем життєстійкості (значення загального показника життєстійкості вище 75-ого процентіля) і групу осіб з низьким рівнем життєстійкості (значення загального показника життєстійкості нижче 25-ого процентіля). Наступним кроком дослідження було визначення специфіки прояву адаптивності з визначених груп осіб за допомогою методу «профілів». В результаті були отримані профілі адаптивності осіб з високим і низьким рівнем життєстійкості, що зображені на рис. 1.

Візуальний аналіз показує своєрідність профілів, їх дзеркальне розташування один до одного, що показує наявність відмінностей прояву адаптивності у осіб з високим і низьким рівнем життєстійкості. Так, профіль групи осіб з високим рівнем загального показника життєстійкості (група ЖТ+) розташований над середньою лінією ряду і знаходиться в просторі третього і четвертого квартилів розподілу (діапазон значень займає від 60 до 80 процентілей), що свідчить про високий рівень проявів адаптивності в цій групі осіб. Профіль групи осіб з низьким рівнем загального

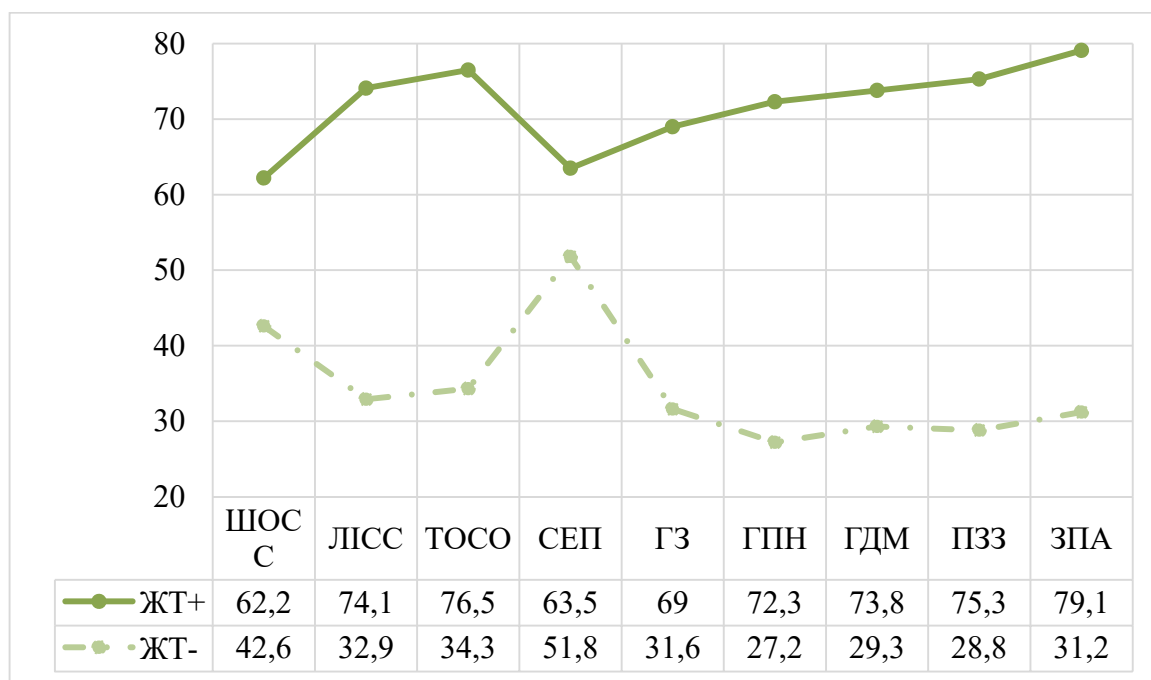


Рис. 1.

Примітка: 1) група ЖТ+ (n=13) – група осіб з високим рівнем загального показника життєстійкості; група ЖТ- (n=14) – група осіб з низьким рівнем загального показника життєстійкості; 2) умовні позначення показників адаптивності: ШОСС – широта охоплення сигналів соціуму, ЛІСС – легкість розпізнавання та ієрархізації сигналів соціуму, ТОСО – точність орієнтації в соціальних очікуваннях, СЕП – стійкість емоційного переживання, ГЗ – готовність змінюватися, ГПН – готовність до здійснення конструктивних дій, що спрямовані на переборювання невдач, ГДМ – готовність до здійснення дій, що спрямовані на досягнення мети, ПЗЗ – показник загального задоволення, ЗПА – загальний показник адаптивності.

показника життєстійкості (група ТЖ-) розташований переважно у площині нижче середньої лінії ряду і знаходиться в просторі другого квартилю розподілу (діапазон значень міститься від 25 до 50 перцентилей), що свідчить про слабкий вираз проявів адаптивності в зазначеній групі осіб.

При аналізі профілів, насамперед, нас цікавили значимі відмінності в однойменних показниках адаптивності особистості. Задля встановлення ступеня достовірної значущості розбіжностей між цими показниками, нами було застосовано t-критерій Стьюдента (див. табл. 2).

Отже, статистичний аналіз таких відмінностей за t-критерієм Стьюдента доказав розбіжності між підвибірками за показниками: «легкість розпізнавання та ієрархізації сигналів соціуму»; «точність орієнтації в соціальних очікуваннях»; «готовність змінюватися»; «готовність до здійснення конструктивних дій, що спрямовані на переборювання невдач»; «готовність до здійснення дій, що спрямовані на досягнення мети»; «показник загального задоволення»; «загальний показник адаптивності». Всі ці показники домінують в профілі осіб з високим рівнем життєстійкості.

Задля більш детального аналізу кожного профілю нами було здійснено ранжування показників адаптивності за відхиленням від середньої

лінії ряду (від збільшення абсолютного числа до меншого). Валентність вказує на відхилення від середньої лінії ряду до додатного чи до від'ємного полюсу. Результати ранжування надано у табл. 3.

На основі отриманих даних було складено психологічну характеристику адаптивності осіб з різним рівнем життєстійкості.

Представникам групи осіб з високим рівнем життєстійкості не характерно відчувати труднощі в адаптації. Вони швидко і легко включаються до нових видів роботи, входять до нових груп. Будь-які зміни в житті сприймають досить легко, не відчувають суттєвого впливу на емоційне самопочуття та результати діяльності. У тяжких та напружених ситуаціях досить легко відновлюються за допомогою ефективної роботи адаптаційних механізмів, не реагують емоційно на існуючі проблеми. Такі особи здатні ефективно діяти у несподіваних, нових ситуаціях та протистояти життєвим труднощам. Їм властива самовпевненість, спокій, гнучкість та впевнена адекватність. Загалом, особи з високим рівнем адаптивності є зрілими, реалістичними, вільними від невротичних симптомів і, в результаті, соціально успішними (ЗПА⁺). Високий рівень показника загальної задоволеності (ПОУ⁺) свідчить також про високу соціальну адаптованість таких осіб. Представ-

Таблиця 2

Значення t-критерію Стьюдента між однойменними показниками адаптивності особистості у підвибірках, що порівнюються

Показники адаптивності	Значення t-критерію Стьюдента	Показники адаптивності	Значення t-критерію Стьюдента
ШОСС	1,741	ГПН	6,180**
ЛСС	4,232**	ГДМ	5,038**
ТОСО	4,986**	ПЗЗ	4,801**
СЕП	1,112	ЗПА	6,215**
ГЗ	5,827**		

Примітка. Позначка ** свідчить про коефіцієнт кореляції на рівні $p \leq 0,01$; позначка * – $p \leq 0,05$.

Таблиця 3

Найбільш виражені показники адаптивності кожного профілю за відхиленням значень від середньої лінії ряду

Ранг	Групи осіб з різним рівнем життєстійкості	
	Група ЖТ+	Група ЖТ-
1	ЗПА+ (високий рівень загального показника адаптивності)	ГПН- (неготовність до здійснення конструктивних дій)
2	ТОСО+ (точність орієнтації в соціальних очікуваннях)	ПЗЗ- (низький рівень загального задоволення)
3	ПЗЗ+ (високий рівень загального задоволення)	ГДМ- (неготовність до здійснення дій, що спрямовані на досягнення мети)
4	ЛСС+ (легкість розпізнавання та ієрархізації сигналів соціуму)	ЗПА- (низький рівень загального показника адаптивності)

Примітка: показники надано у порядку зменшення абсолютних величин відхилення від середньої лінії ряду.

ники цієї групи осіб характеризуються вмінням розуміти і правильно оцінювати вимоги та очікування соціального оточення щодо їх взаємодії, вмінням прогнозувати зміни станів та поведінки людей, передбачати результат свого впливу на них. Вони розуміють і, зазвичай, правильно оцінюють те, чого від них чекають і хочуть бачити оточуючі (ТОСО⁺). Особам з високим рівнем життєстійкості властива високо розвинена здатність виділяти найбільш об'єктивно значущі фактори, що діють у конкретній адаптаційній ситуації. Такі люди схильні бачити суть речей, розуміти справжні причини різних подій, вчинків інших людей, не захоплюються другорядними речами, вміють знаходити вірні рішення у складних ситуаціях. Їх поведінка завжди є продуманою і спирається на попередній аналіз ситуації, що виникла (ЛІСС⁺).

Представникам групи осіб з низьким рівнем життєстійкості, навпаки, властивий низький рівень адаптивності. Це свідчить про те, що вони важко переживають навіть незначні зміни в житті. Ці люди довго звикають до нової обстановки, нової роботи, нових людей. Новизну у своєму житті сприймають як загрозу. Новий вид діяльності потребує від них тривалого адаптаційного періоду, який насичений, переважно, негативними емоційними переживаннями. Схильні відчувати проблеми у всіх сферах соціального життя. Людям з низькою соціальною адаптивністю властива недостатня здатність до дієвого самостійного вирішення життєвих проблем, вони потребують підтримки та шукають її в інших. Однак часто такої підтримки вони не знаходять, оскільки мають певні труднощі у спілкуванні. Загалом, представники цієї групи осіб відрізняються вразливістю, незрілістю, несамостійністю, навіть залежністю (ЗПА⁻). Особи з низьким рівнем життєстійкості схильні при виникненні труднощів, пов'язаних із змінами в життєвих обставинах, з перебуванням в нових умовах соціальної взаємодії, проявляти пасивність в організації власних дій, спрямованих на конструктивне вирішення таких проблем, бездіяльність у подоланні невдач. Складнощі у вирішенні проблеми пов'язані з нездатністю передбачити, передбачити та вчасно запобігти невдачам. Вони не вміють організувати свої дії, реалізувати обрану стратегію поведінки (ГПН⁻). Представникам цієї групи осіб характерна пасивна поведінка в адаптаційних умовах, втрата значних цілей і згасання дій, необхідних для їх досягнення, внаслідок зміни соціальної ситуації, що супроводжується різким неузгодженістю рівня домагань і рівня досягнень. Їм властива хаотичність, неор-

ганізованість. У таких осіб, зазвичай, слабо розвинені вольові якості, через що вони відчувають серйозні труднощі у реалізації своїх планів та цілей. Рівень домагань особистості не відповідає рівню досягнень (ГДМ⁻). Життєва ситуація особами з низьким рівнем життєстійкості розцінюється як вкрай несприятлива (ПЗЗ⁻).

Отримані дані показали, що групи з високим та низьким рівнем життєстійкості відрізняються як за рівнем вираження всіх показників адаптивності, так і за специфікою сполучення їх показників.

Проведене дослідження дозволяє дійти наступних **висновків**:

1. Життєстійкість в цій роботі розглядається як властивість особистості, що відображає психологічну живучість та розширену ефективність людини, яка виявляється у її можливості використовувати власні ресурси для того, щоб упоратися з життєвими труднощами. Теоретичний аналіз показав, що життєстійкість включає в себе такі характеристики як залученість до життя і задоволення від власної діяльності, контроль над тим, що відбувається, спроможність впливати на хід власного життя, прийняття ризику заради досвіду, знань, нових переживань, ставлення до життя як постійної можливості психологічного та духовного зростання.

2. Адаптивність особистості розглядається як стійка властивість особистості, яка характеризує здатність до внутрішніх (внутрішньоособистісних) і зовнішніх (поведінкових) перетворень, перебудов, спрямованих на збереження або відновлення рівноважних взаємостосунків особистості з мікро- і макросоціальним середовищем при змінах в його характеристиках.

3. За допомогою кореляційного аналізу підтверджено існування взаємозв'язку між показниками адаптивності та життєстійкості. В цілому, ці два параметри є взаємопов'язаними в просторі особистості і виступають важливими передумовами для успішного подолання та оптимального проживання важких, напружених життєвих ситуацій.

4. Застосування якісного аналізу виявило, що між особливостями прояву адаптивності у осіб з різним рівнем життєстійкості існує певне співвідношення, що виявляється у специфічному поєднанні показників адаптивності і рівнях, яких вони досягають. Встановлено, що особи з високим рівнем життєстійкості характеризуються готовністю до змін, використанням активної поведінки для пошуку можливих способів подолання кризових ситуацій, здатністю ефективно діяти

у несподіваних, нових ситуаціях та протистояти життєвим труднощам. Їм властива самовпевненість, спокій, гнучкість та впевнена адекватність. У представників групи осіб з низьким рівнем життєстійкості слабше проявляються ці показники, що може призводити до їх уникнення і значно знижує можливість адаптивності особистості.

4. Поглиблений аналіз вивчення психологічних особливостей життєстійкості, дослідження їх взаємозв'язку з іншими властивостями особистості, що сприятимуть ефективному функціонуванню особистості в мінливих умовах сьогодення буде перспективою наших подальших досліджень.

Список літератури:

1. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. К.: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
2. Кузнєцова О.В. Смыслові маркери особистісної адаптивності. *Габітус*. 2022. Вип. 36. С. 177–183.
3. Саннікова О.П., Саннікова А.О. Сценічні бар'єри: диференціально-психологічний підхід. Монографія. Одеса: ВМВ, 2014. 238 с.
4. Титаренко Т.М., Ларіна Т.О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека: навч. посіб. Київ: Марич, 2009. 76 с.
5. Чиханцова О. А. Психологія становлення життєстійкості особистості: дис. ... докт. психол. наук: 19.00.01. Київ, 2021. 430 с.
6. Frankl V.E. *Man's Search for Meaning*. Beacon Press. 2006. 192 p.
7. Kobasa S. Stressful life events, personality and health. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1979. № 37. P. 1–11.
8. Maddi S., Khoshaba D. Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*. 1994. Vol. 63. №2. P. 265–274.
9. Maddi S. Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*. 2004. Apr. 44. P. 279–298.
10. Ryff C. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1995. № 69. P. 719–727.

Melenchuk N.I., Synenko O.I. ADAPTIVE CAPABILITIES OF PERSONS WITH DIFFERENT LEVELS OF HARDINESS

The article discusses the concepts of "hardiness" and "adaptability". The results of an empirical study of the adaptability of individuals with different levels of vitality have presented. Adaptability has considered as an individual's ability to undergo internal (psychological) and external (behavioral) transformations, restructuring aimed at preserving or restoring balanced relationships of the individual with the micro- and macro-social environment when the characteristics of this environment change. Hardiness has understood as a personal characteristic that reflects three life attitudes: involvement, confidence in the ability to control events, and readiness for risk. For the diagnosis of hardiness indicators has used the Hardiness Test by S. Muddy, adapted by D. Leontiev and O. Raskazova. The diagnostic of adaptability indicators have carried out with the "Test-questionnaire of adaptability" by O. Sannikova, O. Kuznetsova.

An analysis of the results of quantitative and qualitative data analysis has provided. The results of the correlation analysis of the peculiarities of the interrelationships of indicators of hardiness and adaptability have presented. The presence of positive significant relationships between all indicators of hardiness and most indicators of adaptability have revealed. It has provided a description of the profiles of the adaptability characteristics of individuals with different levels of hardiness. It has established that individuals with a high level of hardiness are readiness for change, use of active behavior to find possible ways to overcome crises, act effectively in unexpected, new situations and face life's difficulties. People with a low level of hardiness show these indicators more weakly, which can lead to their avoidance and significantly reduces the possibility of personal adaptability. So, the result of theoretical and empirical research, individual differences in adaptability due to the specificity of hardiness have shown. It has proven that hardiness is an important feature of an "adaptive" personality.

Key words: *adaptability, hardiness, involvement, control, willingness to take risks, personality, individual psychological differences.*