

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2024, Том 12, № 6 / 2024, Vol. 12, Iss. 6 <https://mir-nauki.com/issue-6-2024.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/07PSMN624.pdf>

5.3.5. Социальная психология, политическая и экономическая психология (психологические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Шаталов, М. В. Социально-психологические предикторы адаптации мужчин раннего периода зрелости /

М. В. Шаталов // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12. — № 6. — URL:

<https://mir-nauki.com/PDF/07PSMN624.pdf>

For citation:

Shatalov M.V. Socio-psychological predictors of adaptation in early adulthood men. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2024;12(6): 07PSMN624. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/07PSMN624.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)

УДК 159.9.072

Шаталов Михаил Владимирович

АНО ВО «Московский гуманитарно-экономический университет», Москва, Россия

Аспирант

E-mail: Mike.shatalov@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-1939-9831>

Социально-психологические предикторы адаптации мужчин раннего периода зрелости

Аннотация. В статье представлено исследование социально-психологических предикторов адаптации мужчин раннего периода зрелости (25–45 лет), направленное на определение факторов, влияющих на их способность к социальной и психологической устойчивости. Актуальность исследования обусловлена необходимостью понимания ключевых личностных и социальных качеств, которые способствуют адаптации и помогают справляться с жизненными трудностями, происходящих в связи с существенными изменениями в социальном и экономическом поле, которые оказывают влияние на жизнь различных социальных групп. В качестве методов исследования использовались тесты социально-психологической адаптированности, жизнестойкости, смысложизненных ориентаций и анализ страхов. Основными аспектами исследования стали изучение уровня самопринятия, эмоциональной комфортности, контроля над внешними и внутренними факторами жизни, а также межличностных отношений. Результаты показали, что высокий уровень самопринятия, уверенность в своих силах, внутренний локус контроля и выраженный эмоциональный комфорт способствуют более успешной адаптации. Напротив, неопределенность в социальных отношениях и склонность к эскапизму заметно затрудняют адаптивные процессы. Также были выявлены основные виды страхов, наиболее распространённые среди мужчин данной группы, включая страх публичных выступлений и социофобию. В заключение сделан вывод, что полученные данные могут быть полезны для разработки программ психологической поддержки, ориентированных на повышение социальной устойчивости, укрепление уверенности и снижение тревожности у мужчин раннего периода зрелости.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация; мужчины раннего периода зрелости; психологическая устойчивость; межличностные отношения; смысложизненная ориентация; адаптивность и дезадаптивность

Введение

Жизненный этап мужчин раннего периода зрелости включает в себя решение ключевых задач, направленных на социальное становление. Этот период характеризуется тем, что человек впервые сталкивается с реальными вызовами жизни, что требует проявления как личных качеств, так и адаптации к биологическим и социальным факторам, влияющим на его развитие. Период ранней зрелости влияет не только на текущую фазу взросления, но и на весь последующий опыт индивида. В этот момент личности важно достичь профессионального успеха, найти партнёра, создать семью, укрепить дружеские связи и социальные контакты [1]. Описанные изменения в жизни мужчин требуют более детального изучения социально-психологических предикторов, оказывающих непосредственное влияние на адаптацию.

Так, исследование К.Н. Авериной направлено на изучение адаптации мужчин раннего периода зрелости посредством рассмотрения их поведения в конфликтных ситуациях и самооценки. В исследовании приняла участие группа из 68 человек, состоящая из 30 мужчин и 38 женщин. Возраст респондентов варьировался от 27 до 40 лет. Анализ самооценки участников показал, что большая часть выборки (60 % опрошенных) характеризуется средним уровнем самооценки. Исследование выявило наличие достоверной связи между самооценкой, стилями поведения личности в конфликтных ситуациях и устойчивостью к конфликтам [2]. В связи с этим самооценка является существенным аспектом, который влияет на принятие той или иной стратегии во время развития конфликта, что, в свою очередь, можно отнести к предиктору адаптации мужчин раннего периода зрелости в межличностных конфликтах и профессиональной среде.

Личностная зрелость и жизнестойкость мужчин раннего периода зрелости рассматривается в исследовании Н.И. Анчуковой и А.В. Демидова. В исследовании приняли участие 89 человек, среди которых 44 мужчины и 45 женщин, в возрасте от 18 до 42 лет. Участники исследования были отобраны случайным образом и не имели каких-либо общих социальных или профессиональных характеристик. Для диагностики использовались методика оценки личностной зрелости (авторы: В.А. Руженков, В.В. Руженкова, С.И. Лукьянцева) и адаптированный опросник жизнестойкости, разработанный С. Мадди и адаптированный Д.А. Леонтьевым. В результате исследования было выделено пять типов сочетаний личностной зрелости и жизнестойкости, среди которых оптимальным являлся тип, в котором сочеталась высокая личностная зрелость и жизнестойкость [3]. Из чего следует, что личностная зрелость и жизнестойкость напрямую влияют на психологические навыки мужчин раннего периода зрелости справляться с изменениями и стрессами, что имеет прямое отношение к адаптации в социальной среде.

Анализ факторов взаимодействия с социумом проводят в своей научной работе Г.Б. Горская и В.И. Компаниец. В исследовании участвовали студенты Краснодарского художественного училища (57 женщин и 60 мужчин. Основным критерием, отражающим особенности взаимодействия молодых людей с обществом, выступали показатели их социально-психологической адаптации. Эти показатели измерялись с использованием методики Роджерса и Даймонда, адаптированной А.К. Осницким. Полученные данные подтвердили гипотезу о том, что особенности социально-психологических условий, в которых художники реализуют себя творчески, оказывают влияние на их восприятие социального окружения и показатели адаптации в социально-психологическом плане [4].

Исследование Н.Р. Гулиной, Н.В. Дмитриевой и Д.И. Савельева имеет отношение к изучению кризиса личностной идентичности, а также факторов успешной адаптации. В исследовании участвовали 174 человека, обратившихся за психологической поддержкой, в возрасте от 24 до 49 лет. Для изучения особенностей идентичности, а также личностной и социальной составляющих идентичности, использовались тест «Эго-идентичность»

(разработанный Э. Эриксоном и Дж. Марсиа) и методика «Личностная и социальная идентичность» (автор А.А. Урбанович). Установлено, что идентичность, сформировавшаяся в ранней взрослости, характеризуется выраженным стремлением к самопринятию, уверенностью в собственных силах, эффективностью в достижении целей, высоким уровнем притязаний, а также творческим подходом к решению различных задач [5]. Исследование демонстрирует, что личностные ресурсы — самоуважение и высокий уровень субъективного контроля — оказывают положительное влияние на социальную адаптацию.

Жизнеспособность и адаптация молодых мужчин рассматривается в исследовании Е.В. Куфтык. В исследовании участвовали 226 молодых людей (103 юноши и 123 девушки) в возрасте от 16 до 22 лет, которые были студентами вузов городов Костромы и Казани. В качестве методов исследования использовались следующие инструменты: (1) для оценки компонентов жизнестойкости применялся опросник «Шкала факторов жизнеспособности»; (2) для измерения уровня психологического благополучия использовалась Шкала психологического благополучия, разработанная К. Рифф и адаптированная Н.Н. Лепешинским. По результатам исследования выявлено, что девушки, в отличие от юношей, чаще прибегают к использованию личной и социальной поддержки. При этом юноши реже делятся своими проблемами с окружающими. Однако по показателям «позитивного мышления» юноши продемонстрировали более высокие результаты по сравнению с девушками [6]. По исследованию также стоит отметить, что молодые люди, которые проявляют самостоятельность в своих решениях и обладают позитивным настроем, демонстрируют хорошую социально-психологическую адаптацию в более зрелые годы.

Ю.В. Потапова проводит исследование адаптации мужчин раннего зрелого возраста посредством изучения сепарации от родителей. В исследовании приняли участие 206 студентов в возрасте от 18 до 25 лет с различными уровнями сепарационного статуса. Для анализа использовались следующие методики: опросник Дж. Хоффмана «Psychological Separation Inventory» (PSI), самоактуализационный тест Э. Шострома, шкала психологического благополучия К. Риффа, а также авторская анкета. Результаты исследования показали, что у юношей уровень эмоциональной сепарации от родителей оказался значительно выше, чем у девушек. Кроме того, юноши, проживающие отдельно от родителей, проявляют значительно меньшую эмоциональную зависимость [7]. Независимость и эмоциональная сепарация от родителей являются определяющими факторами, которые помогают молодым мужчинам адаптироваться в социуме, а также достигнуть личностной зрелости и приобретения способности к преодолению жизненных трудностей.

Изучение механизмов саморегуляции и стратегий совладения со стрессом представлены в научной работе М.М. Проницовой, В.Г. Булыгиной и Н.В. Власовой. В исследовании приняли участие 200 человек, не имеющих диагнозов психических заболеваний, в возрасте от 18 до 60 лет (средний возраст участников составил $30,37 \pm 10,28$ лет). Для диагностики индивидуально-психологических и типологических особенностей применялись следующие инструменты: «Пятифакторный личностный опросник», опросник «Индекс жизненного стиля» и «Госпитальная шкала тревоги и депрессии». Результаты исследования показали, что среди мужчин наблюдаются высокие показатели склонности к моделированию, а также активное использование защитного механизма вытеснения [8]. Из исследования можно сделать вывод, что на показатель адаптации мужчин влияют высокий уровень саморегуляции, а также психологические навыки применения защитных механизмов.

В исследовании О.В. Тетеухиной и В.М. Позднякова рассматриваются факторы адаптации осужденных молодых мужчин. В ходе исследования были использованы такие методы, как анкетирование спецконтингента, экспертный опрос сотрудников, а также комплекс психодиагностических методик, включая тест 16 PF Кэттелла и методику «Портретные выборы»

Сонди. Результаты показали, что нахождение в условиях субкультуры колонии способствует формированию приспособленческих и иждивенческих установок, а также ведет к развитию конфликтно-агрессивного поведения [9]. Стоит отметить, что у осужденных молодых мужчин присутствует низкий уровень психологической зрелости, наличие значительной степени инфантильности, что является препятствием для их успешной социальной адаптации.

Т.С. Алмейда [и др.] провели исследование относительно влияния негативных детских переживаний на проявление агрессии во взрослом возрасте. В исследовании приняли участие 1541 человек из Португалии, среди которых было 461 мужчина и 1 080 женщин, возраст участников варьировался от 18 до 77 лет. В качестве исследовательских методов применялись: Шкала благоприятных детских переживаний (BCEs), краткая версия опросника детской истории (Childhood History Questionnaire — Short version) и сокращенный вариант опросника агрессии Басса-Перри (Buss-Perry Aggression Questionnaire — Short Form). Полученные данные показали, что неблагоприятные детские переживания (НДП) имеют положительную корреляцию с уровнями агрессии, включая как физическую, так и вербальную агрессию, а также с гневом и враждебностью [10]. Исследование продемонстрировало, что негативные детские переживания могут развивать агрессию, особенно у мужчин, что может впоследствии отразиться на ухудшении их адаптации во взрослом возрасте. В то время как позитивные детские переживания, напротив, способствуют хорошей социальной адаптации.

Анализируя ранее проведенные исследования социально-психологических предикторов адаптации, можно выделить следующие недостатки с точки зрения изучения мужчин раннего периода зрелости. Во-первых, исследования зачастую проводились одновременно на мужчинах и женщинах, что не даёт возможности сконцентрироваться исключительно на адаптации мужчин. Во-вторых, для исследований характерен узкий фокус, а именно — анализировались только отдельные аспекты адаптации, такие как конфликтные ситуации, жизнестойкость и самооценка, без использования комплексного подхода. Это свидетельствует о необходимости проведения системного и многоаспектного психологического исследования для мужчин раннего периода зрелости.

Методы

В качестве методов оценки социально-психологических предикторов адаптации выбраны такие методики тестирования как «Тест социально-психологической адаптированности», «С-Тест (Чего мы боимся)», «Тест смысложизненных ориентаций (СЖО)» и «Тест жизнестойкости Мадди».

«Тест социально-психологической адаптированности» (Test of Personal Adjustment) К. Роджерса и Р. Даймонда в адаптации А.К. Осницкого¹ позволяет оценить несколько показателей адаптации, среди которых межличностная адаптация, важная для анализа коммуникативных навыков, влияющих на социальную интеграцию индивида, самооценка, оказывающая влияние на развитие карьеры и создание семьи, а также готовность личности к изменениям.

«С-Тест (Чего мы боимся)» автора В. Леви² помогает определить преобладающие страхи, в том числе связанные с выстраиванием межличностных отношений, профессиональными

¹ Тест социально-психологической адаптированности // Психологические тесты онлайн [сайт]: psytests.org — 2024. — URL: <https://clck.ru/3EL4G4> (дата обращения: 31.10.2024).

² С-Тест / Чего мы боимся // Психологические тесты онлайн [сайт]: psytests.org — 2024. — URL: <https://clck.ru/3EL4Ha> (дата обращения: 31.10.2024).

неудачами, а также неосознанные страхи, которые могут негативно влиять на самооценку и самореализацию.

«Тест смысложизненных ориентаций (СЖО)» Дж. Крамбо и Л. Махолика в адаптации Д.А. Леонтьева³ служит инструментом для определения осознанности выбора целей и планов, что особенно важно для мужчин раннего периода зрелости, когда закладываются основы для дальнейшей жизни. Тест также помогает определить уверенность, которая оказывает прямое влияние на психологическую устойчивость. Кроме того, с помощью теста оцениваются самооценка, самовосприятие, уровень адаптируемости к новым условиям и изменениям, а также личностная зрелость.

Тест жизнестойкости Мадди (Personal Views Survey, PVS III-R) авторов С. Мадди и Д. Хошаба в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой⁴ помогает оценить способность сохранять внутреннее равновесие в периоды трудностей и испытаний, навыки контроля над собственной жизнью, а также способность не терять продуктивность в нестабильное время.

Перечисленные методы помогают всесторонне изучить социально-психологические предикторы адаптации, что способствует выявлению истинных причин дисадаптации мужчин раннего периода зрелости и, как следствие, содействует разработке корректных рекомендаций, способствующих их преодолению.

Результаты

В общей сложности выборка на всех этапах исследования составила:

- 150 мужчин раннего периода взрослости (25–45 лет);
- место проживания из опрошенных: 146 — РФ (Москва, МО, Курган, Екатеринбург, Сочи, Челябинск и ряд других, 4 — с российскими корнями, но релацировавшихся за последние 2 года в зарубежные страны (Казахстан, Сербия, Турция);
- все имеют высшее образование;
- 147 — на момент проведения исследования — имели работу, 3 — безработные;
- семейное положение — разное, отдельно опрос не проводился.

В таблице 1 представлены результаты исследования по основным показателям исследования.

Тест социально-психологической адаптированности позволил выявить, что большинство мужчин раннего периода зрелости имеют высокий интегральный показатель адаптации (86 %), интегральный показатель самопринятия (87,3 %), интегральный показатель интернальности (90 %) и интегральный показатель стремления к доминированию (92 %), что говорит о высоком уровне адаптации подавляющей части мужчин раннего периода зрелости. При этом стоит обратить внимание на неопределенность для таких показателей, как адаптивность (34 %), дезадаптивность (37,3 %), принятие (38 %) и непринятие (54 %) других, а также ведомость (64 %) и эскапизм (50 %), что указывает на то, что значительное количество мужчин испытывают пусть небольшие, но затруднения при взаимодействии с людьми и при

³ Тест смысложизненных ориентаций, СЖО/PIL // Психологические тесты онлайн [сайт]: psytests.org — 2024. — URL: <https://clck.ru/3EL4Kt> (дата обращения: 31.10.2024).

⁴ Тест жизнестойкости Мадди // Психологические тесты онлайн [сайт]: psytests.org — 2024. — URL: <https://clck.ru/3EL4NY> (дата обращения: 31.10.2024).

определенных обстоятельствах могут поддаваться чужому влиянию и демонстрировать игнорирование проблем.

Таблица 1

**Результаты эмпирического исследования
по тесту социально-психологической адаптированности**

Наименование показателя	Высокий результат	Зона неопределенности	Низкий результат
Интегральный показатель адаптации	86,0 %	14,0 %	0 %
Адаптивность	66,0 %	34,0 %	0 %
Деадаптивность	0 %	37,3 %	62,7 %
Интегральный показатель самопринятия	87,3 %	12,7 %	0 %
Принятие себя	80,7 %	19,3 %	0 %
Непринятие себя	0 %	20,7 %	79,3 %
Интегральный показатель принятия других	61,7 %	35,0 %	3,3 %
Принятие других	59,3 %	38,0 %	2,7 %
Непринятие других	0 %	54,7 %	45,3 %
Интегральный показатель эмоциональной комфортности	52,6 %	42,7 %	4,7 %
Эмоц. комфорт	10,0 %	90,0 %	0 %
Эмоц. дискомфорт	0 %	1,3 %	50 %
Интегральный показатель интернальности	90,0 %	10,0 %	0 %
Внутренний контроль	74,7 %	25,3 %	0 %
Внешний контроль	0 %	32,0 %	68,0 %
Интегральный показатель стремления к доминированию	92,0 %	8,0 %	0 %
Доминирование	34,0 %	59,3 %	6,7 %
Ведомость	5,3 %	64,0 %	30,7 %
Эскапизм (уход от проблем)	2,0 %	50,7 %	47,3 %

Составлено автором на основе данных

Подсчет коэффициента корреляции позволил определить связь между эмоциональным дискомфортом и деадаптивностью (корреляция 0,891), интегральным показателем адаптации и эмоциональной комфортности (корреляция 0,880), интегральным показателем интернальности и адаптации (корреляция 0,878).

Благодаря проведению тестирования «Чего мы боимся» установлено, что 6,7 % мужчин раннего периода зрелости относятся к типу «Альфа Смелый», 24 % — к типу «Бета Уверенный», 45,3 % — к типу «Гамма Колеблющийся», 24 % — к типу «Тета Тревожный». Также было выяснено, что самым распространённым видом страха среди мужчин раннего периода зрелости является страх выступлений; за ним следует социофобия и зависимость. Все остальные виды страхов менее выражены.

Результаты теста смысловых ориентаций, представленные в таблице 2, показывают, что большинство мужчин раннего периода зрелости имеют средний показатель осмысленности жизни.

Таблица 2

Результаты эмпирического исследования по тесту смысловых ориентаций

Наименование показателя	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Показатель осмысленности жизни	17,3 %	65,3 %	17,4 %
Цели в жизни	24,7 %	70,0 %	5,3 %
Процесс жизни	30,7 %	56,6 %	12,7 %
Результативность жизни	13,3 %	68,0 %	18,7 %
Локус контроля — Я	14,7 %	75,3 %	10,0 %

Локус контроля — жизнь	7,3 %	82,7 %	10,0 %
------------------------	-------	--------	--------

Составлено автором на основе данных

Проведенный тест жизнестойкости Мадди демонстрирует, что наибольшее число мужчин раннего периода зрелости обладает средним показателем жизнестойкости, подробные результаты исследования представлены в таблице 3.

Таблица 3

Результаты эмпирического исследования по тесту смысложизненных ориентаций

Наименование показателя	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Жизнестойкость	8,7 %	72,6 %	18,7 %
Вовлеченность	17,3 %	72,0 %	10,7 %
Контроль	7,3 %	74,7 %	18 %
Принятие риска	0 %	63,3 %	36,7 %

Составлено автором на основе данных

Также уточняется, при анализе данных взаимосвязи всех исследуемых показателей с возрастом респондентов не были выявлены.

Обсуждение

Настоящее исследование, направленное на изучение социально-психологических предикторов адаптации, позволяет сделать следующие выводы. Результаты теста социально-психологической адаптированности показывают, что мужчины раннего периода зрелости преимущественно обладают высоким уровнем адаптированности, что обеспечивает им достаточный уровень уверенности в своих силах для контроля негативных эмоций и эффективного управления своей жизнью. В то же время у значительной части участников исследования, продемонстрировавших средние показатели адаптивности, неприятия других, ведомости и эскапизма, могут возникать трудности из-за межличностных конфликтов, а также сложности в противостоянии чужому влиянию. При этом наличие дезадаптивности у мужчин может дополнительно усложнить процесс адаптации, особенно в стрессовых ситуациях.

Анализ результатов тестирования «Чего мы боимся» показал, что большинство респондентов (45,3 %) относится к типу «Гамма Колеблющийся», что является индикатором тревожности в поведении мужчин раннего периода зрелости. Сочетание самых распространенных страхов, таких как боязнь публичных выступлений, социофобия и боязнь зависимостей, выделяет проблему сложностей социального взаимодействия, а именно страх негативной оценки со стороны окружающих, что может стать помехой для успешной реализации в карьере и личной жизни.

Средний показатель осмысленности жизни может служить индикатором того, что мужчины осознают собственные жизненные ценности. В то же время границы этих ценностей могут быть размыты, что мешает их реализации на протяжении жизни. Другие показатели, такие как цели в жизни и процесс жизни, находящиеся на среднем уровне, могут свидетельствовать о том, что достижение жизненных целей не приносит удовлетворения.

Согласно результатам теста жизнестойкости Мадди, большинство мужчин раннего периода зрелости обладают средним уровнем жизнестойкости. В то же время достаточно большой процент мужчин (36,7 %) имеет высокий показатель склонности к риску, что указывает на их готовность принимать риски для улучшения своего положения.

Также в процессе исследования был сделан важный вывод о том, что социально-психологические предикторы адаптации не имеют зависимости от возраста внутри группы мужчин раннего периода зрелости от 25 до 45 лет.

Данные выводы могут стать основой для создания программ психологической помощи, нацеленных на повышение уверенности, снижение уровня тревожности и совершенствование умений в области социального взаимодействия мужчин раннего периода зрелости.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баксанский, О.Е. Психологические особенности развития личности в период молодости / О.Е. Баксанский, А.В. Скоробогатова // Образовательные технологии (г. Москва). — 2020. — № 2. — С. 77–86.
2. Аверина, К.Н. Связь самооценки со стилями поведения в конфликте у мужчин и женщин ранней взрослости / К.Н. Аверина // Конфликтология / Nota Bene. — 2018. — № 4. — С. 32–41. — DOI 10.7256/2454-0617.2018.4.21747. (<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37014050>).
3. Анчукова, Н.И. Личностная зрелость и жизнестойкость: эмпирические типы соотношения феноменов / Н.И. Анчукова, А.В. Демидов // Национальная Ассоциация Ученых. — 2022. — № 76. — С. 17–20. — DOI 10.31618/nas.2413-5291.2022.1.76.568. (<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=49232645>).
4. Горская, Г.Б. Психологические ресурсы и барьеры включения личности в современный жизненный мир / Г.Б. Горская, В.И. Компаниец // Вестник Омского университета. Серия: Психология. — 2018. — № 2. — С. 4–10. — DOI 10.25513/2410-6364.2018.2.4-10. (<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=35385029>).
5. Гулина, Н.Р. Гендерные особенности кризисной идентичности личности / Н.Р. Гулина, Н.В. Дмитриева, Д.И. Савельев // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. — 2010. — № 1. — С. 58–70. (<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=13920957>).
6. Куфтяк, Е.В. Возрастные и гендерные особенности жизнеспособности в юношеском возрасте / Е.В. Куфтяк // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. — 2017. — Т. 23, № 4. — С. 31–33. (<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=32430736>).
7. Потапова, Ю.В. Гендерные особенности формирования эмоциональной сепарации в юношеском возрасте / Ю.В. Потапова // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. — 2016. — Т. 22, № 1. — С. 82–86. (<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25791142>).
8. Проничева, М.М. Гендерные особенности механизмов психической адаптации у психически здоровых людей / М.М. Проничева, В.Г. Булыгина, Н.В. Власова // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. — 2024. — Т. 12, № 2(45). — С. 141–154. — DOI 10.23888/humJ2024122141-154. (<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=67946449>).
9. Тетеухина, О.В. Теоретико-методологические ориентиры изучения социально-психологической зрелости осужденных молодежного возраста мужского пола, отбывающих наказание в исправительных колониях / О.В. Тетеухина, В.М. Поздняков // Психопедагогика в правоохранительных органах. — 2017. — № 1(68). — С. 5–10. (<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28998907>).
10. Almeida, T.C. Adverse childhood experiences and aggression in adulthood: The moderating role of positive childhood experiences / T.C. Almeida, J. Cardoso, A.F. Matos, A. Murça, O. Cunha // Child Abuse & Neglect. — 2024. — Vol. 154. — PP. 1–13. (<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2024.106929>).

Shatalov Mikhail Vladimirovich

Moscow Humanitarian Economic University, Moscow, Russia

E-mail: Mike.shatalov@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-1939-9831>

Socio-psychological predictors of adaptation in early adulthood men

Abstract. The article presents a study on socio-psychological predictors of adaptation in early adulthood men (aged 25–45), aimed at identifying factors that influence their capacity for social and psychological resilience. The relevance of the study is due to the need to understand the key personal and social qualities that contribute to adaptation and help to cope with life difficulties occurring in connection with significant changes in the social and economic field that affect the lives of various social groups. The research methods included tests of socio-psychological adaptation, resilience, life purpose orientations, and fear analysis. The main aspects of the study focused on examining levels of self-acceptance, emotional comfort, control over external and internal life factors, and interpersonal relationships. The results showed that a high level of self-acceptance, self-confidence, an internal locus of control, and pronounced emotional comfort significantly contribute to successful adaptation. In contrast, uncertainty in social relationships and a tendency toward escapism noticeably hinder adaptive processes. Additionally, common types of fears were identified among men in this group, including public speaking anxiety and social phobia. In conclusion, the findings suggest that the data may be useful for developing psychological support programs aimed at enhancing social resilience, strengthening confidence, and reducing anxiety in early adulthood men.

Keywords: socio-psychological adaptation; early adulthood men; psychological resilience; interpersonal relationships; life-meaning orientation; adaptability and maladaptability