

the disturbance of the energy balance between the calories consumed and the calories expended, that is, excessive consumption of high-calorie foods and low levels of physical activity, especially during a pandemic. Ensuring the health and well-being of people is one of the most important goals of the world community, reflected in the basis of European policy. The achievement of European standards of quality of life and well-being of the population is one of the main tasks defined by the Strategy for Sustainable Development «Ukraine–2020». The main directions of reforms should be to increase the personal responsibility of citizens for their own health, ensuring their free choice of health-care providers of appropriate quality, the provision of targeted assistance to the most vulnerable segments of the population, and the creation of a business-friendly environment in the health-care market. Theoretical studies on the choice of efficient methods for studying overweight suggest that scientists have proposed dozens of different approaches, including both simple measurements and the most modern and expensive. But the definition of the body mass index (BMI) remains the most convenient. This index is more closely related to the fat content of the human body than other anthropometric body mass-to-height ratios, and is therefore widely used in clinical practice. The dynamics have been investigated and important questions of preventive action on overweight and obesity have been pointed out, the reasons for the increase of the respondent body weight have been indicated, and recommendations have been made for the preservation of individual health in the context of a pandemic.

Keywords: public health, pandemic, overweight, obesity, body mass index.

Подано до редакції 07.08.2020

УДК: 371.035 + 371.13

DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2020-3-4>

Олена Мірошніченко,
кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри педагогіки, професійної освіти
та управління освітніми закладами,
Олександра Гуцуляк,
аспірант кафедри теоретичної та практичної психології,
Житомирський державний університет імені Івана Франка,
вул. Велика Бердичівська, 40, м. Житомир, Україна

РОЛЬ АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ В АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ДО ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

Стаття присвячена розгляду питання щодо особливостей акцентуації характеру українських зимівників та її роль в процесі адаптації до умов життєдіяльності в Антарктиці. Актуальність статті обумовлена тим, що Україна є однією з 29-ти країн світу, що мають на Антарктиді постійно діючу наукову станцію, і, починаючи з 1995 року має можливість проводити наукові дослідження згідно Державній цільовій науково-технічній програмі проведення досліджень в Антарктиці на 2011–2020 роки. Основним питанням напряму медико-фізіологічних досліджень, в межах якого відбувається наша наукова робота, є психологічна підготовка українських зимівників, що перебувають тривалий час (12–13 місяців) на антарктичній станції. Це вимагає від учасників експедицій ефективної психологічної адаптації до співіснування в умовно замкненому просторі. Крім того, психологічна адаптація зимівників проходить в умовах суворого клімату і багато в чому залежить від психофізіологічних особливостей учасників експедиції. Психофізіологічні характеристики особистості, зокрема, акцентуації характеру, відіграють помітну роль у процесі адаптації. Метою статті є представлення психологічних досліджень акцентуації характеру 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 типи акцентуацій українських зимівників; представлено методологічний інструментарій психологічного дослідження. Виділено основні акцентуації, що є характерними для зимівників, та описано особливості поведінки особистості з різними типами акцентуацій. Такі результати дозволили визначити нові критерії психофізіологічного та психологічного прогнозування, а також підтвердили необхідність застосування психологічних досліджень антарктичних зимівників.

Ключові слова: акцентуація характеру, акцентована особистість, адаптація, життєдіяльність, групи особистостей за типами акцентуацій.

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми

В межах підготовки до довготривалої експедиції в Антарктику співробітниками Національного антарктичного наукового центру України проводяться психологічні дослідження українських зимівників, чия життєдіяльність відбувається на станції «Академік Вернадський». Починаючи з XVI Української антарктичної експедиції на станцію «Академік Вернадський» (2011–2012 рр.), ми проводимо дослідження щодо психологічної адаптації зимівників задля ефективності виконання науково-технічних завдань в період життєдіяльності в умовах Антарктики.

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 (Міхєєнко, 2013).

Встановлено, що явище адаптації є процесом багаторівневого пристосування, що включає до себе особливості особи як організму (біологічний рівень), індивіда (психофізіологічний рівень), особистості (психологічний рівень). Спираючись на роботи А. Налчаджяна (Налчаджян, 2010: 26), ми вважаємо, що адаптована людина має високу професійну продуктивність, добре самопочуття, емоційну психічну рівновагу.

Група медиків, фізіологів та психологів, що співпрацюють з Національним антарктичним науковим центром (м. Київ) дослідили, що відношення адаптивності, які встановлюються між індивідом та середовищем, не завжди врівноважені, тому що науково-технічна діяльність під час експедиції пов'язана з впливом на полярників таких екстремальних зовнішніх чинників, як особливості крайньопівденної фотоперіоди, зміна часових поясів, сенсорна депривація, особливості метеоумов та геліофізичних явищ. Все це створює навантаження на функціональні системи організму та утруднює адаптацію особистості (Moiseyenko, Sukhorukov, Pyshnov, Mankovska, Rozova, Miroshnichenko et al., 2016).

Психологічну адаптацію до екстремальних умов життєдіяльності ми досліджували через прояви акцентуації характеру у зимівників. У науковій літературі висвітлені різні аспекти проблеми акцентуації характеру та роль цього психологічного явища на адаптацію до діяльності. Однак багато питань залишаються недостатньо дослідженими, які можна об'єднати в такі проблемні групи: не існує системного дослідження означеної проблеми стосовно зимівників; не чітко визначені складові психологічної адаптації до різних видів діяльності, у тому числі в екстремальних умовах; залишається не до кінця вирішеною проблема діагностики психологічної адаптації та основних її видів.

Мета та завдання

Метою статті є представити теоретичні основи та практичні результати дослідження ролі акцентуацій в

психологічній адаптації українських зимівників до життєдіяльності в екстремальних умовах на прикладі 10-ти експедицій до Української антарктичної станції «Академік Вернадський».

Завданнями статті є: 1) уточнити поняття психологічної адаптації до життєдіяльності в екстремальних умовах; 2) теоретично обґрунтувати визначення акцентуації характеру, окреслити їх особливості у зимівників; 3) представити методологічний інструментарій психологічного дослідження; 4) продемонструвати результати дослідження особливостей акцентуацій зимівників та їх роль в адаптації до екстремальних умов життєдіяльності на прикладі 10-ти експедицій до Української антарктичної станції «Академік Вернадський».

Методи дослідження

Емпіричне дослідження проводилось у період з 2011 по 2020 рр. В дослідженні взяли участь зимівники, що виконували професійні обов'язки на Українській антарктичній станції «Академік Вернадський» протягом 12–13-ти місяців поспіль. Загальна кількість досліджуваних склала 71 особу (з них 69 осіб чоловічої статі, 2 – жіночої), вік респондентів від 23-х до 63-х років.

Для визначення ролі акцентуацій характеру в психологічній адаптації до екстремальних умов життєдіяльності ми спиралися на теоретичну основу, представлену в працях вітчизняних та зарубіжних психологів, а саме: роботи Б. Ганнушкіна, С. Бурно, К. Леонгарда, В. Пономаренка, А. Егідеса, Г. Шмішека, Дж. Олдхема і Л. Морріса та ін. Організація досліджень узгоджується з програмою технічних і психологічних завдань Національного антарктичного наукового центру (НАНЦ) України перед початком чергової Української антарктичної експедиції. Особливості організації та оформлення даних дослідження представлені нами у попередніх виданнях і публікаціях (Мірошніченко, Моїсеєнко, Литвинов, 2015; Мірошніченко, 2016; Мірошніченко, 2017).

Для визначення особливостей акцентуації характеру у зимівників та їх ролі 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 цій 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, 2007: 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.

Оскільки всі методики приведені до єдиної шкали виміру показників (від 0 – повна відсутність прояву якості, до 24 – максимально нормального прояву), акцентуацію характеру вважаємо вираженою (згідно К. Леонгарда, С. Шмішека) за показником 18–24 балів. Отримані результати методик були підтвержені шляхом застосування допоміжного методу – бесіди, які проводилися з досліджуваними. Застосування цих методів забезпечило надійність і валідність нашого дослідження.

Результати

Акцентовані характери залежать як від природно-біологічних властивостей, так і від факторів зовнішнього середовища, які накладають відбиток на спосіб життя людини і знаходять відображення в індивідуально-типологічних особливостях. Акцентуації характеру – це крайні варіанти норми, при яких окремі риси характеру надмірно посилені, унаслідок чого

виявляється виборча уразливість відносно певного роду психогенних дій при хорошій і навіть підвищеній стійкості до інших.

Аналіз теоретичного матеріалу показує, що характер особистості може мати різні ступені вираженості індивідуально-типологічних особливостей. Графічно межу між нормою і патологією можна виділити на осі, на якій зображена інтенсивність проявів характерів. На ній умовно позначено три зони: зона абсолютно нормальних характерів, зона виражених характерів (акцентуацій) і зона сильних відхилень характерів (психопатії). Перша і друга зони відносяться до норми (у широкому сенсі), третя – до патології характеру. Відповідно акцентуації характеру розглядаються як крайні варіанти норми. Стосовно яскраво виражених проявів рис характеру найбільшу популярність здобув термін К. Леонгарда (1981) – «акцентована особистість». На його думку, акцентовані особистості – це здорові індивіди зі своїми індивідуальними особливостями.

Проаналізувавши теоретичні основи виокремлення різних типів акцентуацій, ми створили порівняльну таблицю, у якій представили власне бачення класифікації індивідуально-типологічних особливостей особистості (табл. 1).

Таблиця 1

Співставлення класифікацій типів акцентуацій у різних авторів

	Леонгард	Ганнушкін	Лічко	Егідес	Пономаренко	Олдхем, Морріс
1	Застрагаючий	Параноїк	–	Параноїяльний	Параноїяльний	Пильний
2	Педантичний	Психастенік	Психастенічний	Психастеноїд	–	Добросовісний
3	Демонстративний	Істерік	Істероїдний	Істероїд	Істероїд	Драматичний
4	Збуджений	Епілетоїд	Епілетоїдний	Епілептоїд	Епілептоїд	Авантюрний
5	Гіпертимний	Конституційно-збуджений	Гіпертимний	Гіпертим	Гіпертим	Самовпевнений
6	Дистимний	Конструктивно-депресивний	–	Гіпотим	–	Серйозний
7	Афективно-лабільний	Циклотимік	Циклоїдний	Циклоїд	–	Агресивний
8	Емотивний	–	Сенситивний	Сензитив	Емотив	Чутливий
9	Афективно-екзальтований	Емотивно-лабільний	Лабільний	–	–	Діяльний
10	Тривожний	Астенік	Астено-невротичний	Астенік	Тривожний	Альтруїстичний
11	Екстравертний	Нестійкий	Нестійкий	Нестійкий	–	Святковий
12	Інтровертний	Шизоїд	Шизоїдний	Шизоїд	Шизоїд	Відлюдний
13	–	Неврастенік (іпохондрік)	–	–	–	Ідеосінкратичний
14	–	Нерозумний	Конформний	Конформний	–	Відданий

Дослідник С. Безносів вважає: чинниками, що ініціюють розвиток професійних деформацій, є різні акцентуації характеру особистості (Безносів, 2004). У процесі багаторічного виконання однієї і тієї ж діяльності акцентуації професіоналізуються, вплітаються в тканину індивідуального стилю діяльності і трансформуються в професійні деформації фахівця. Автор вважає, що професійні акцентуації – це надмірне посилення деяких рис характеру, а також окремих професійно обумовлених властивостей і якостей особистості, які можуть заважати професійній адаптації.

Щоб перевірити, як акцентовані риси характеру 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 (табл. 2). Назви шкал в основному співпадають з назвами, представленими у методиці Леонгарда-Шмішека.

Таблиця 2

Узагальнена класифікація типів акцентуацій у зимівників (71 особа)

№ п/п	Назва типу акцентуації	На основі якого темпераменту частіше проявляється	Кількість 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.	Застрягаючий	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 психологічної адаптації до життєдіяльності в екстремальних умовах Антарктики.

Третє місце у «рейтингу» типів акцентуацій зимівників поділяють застрягаючий та демонстратив-

ний типи. Наявність названих типів мають більше чверті обстежених (по 25,3 %). Застрягання у наших досліджуваних характеризується підвищеною наполегливістю, завзятістю у справах, цілеспрямованістю, бажанням завершити початі роботи, додаючи 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. З іншого боку, риси такого типу акцентуації проявляються в схильності до конфліктної поведінки, яка, на жаль, інколи має місце у представників цього типу.

Також більше чверті респондентів (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 акцентуацій. 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), який почитають полярники всіх країн. Тож роль осіб з демонстративною акцентуацією є незамінною у справі підняття «бойового духу» команди і також є показником психологічної адаптації 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 виявилося у жодної особи. Вочевидь, такі типи акцентуацій не характерні для людей, які приймають рішення і мають готовність до тривалої експедиції в Антарктику.

Обговорення

Вважаємо, що адаптація містить у собі складні, багатогранні взаємини людини з довкіллям. У контексті біологічної адаптації людини, за умови високої залежності індивіда від середовища, більш точно відбиває суть процесу термін «приспособлення». Стосовно ж психологічної адаптації часто застосовується поняття «взаємодія». Воно припускає деяку рівноправність суб'єктів і об'єктів, їх взаємозв'язок, взаємний вплив, взаємну дію. Процес психологічної адаптації, як взаємодії, щільно пов'язаний з визнанням активної ролі особистості в процесі адаптації. Так, О. Sannikov, дослідивши операторів інформаційних систем, які працюють в екстремальних умовах, також визначає провідну роль активності особистості в системі прийняття рішень в складних ситуаціях (Sannikov, 2016). Це ж підтверджують і наші дані.

Особливості адаптації до професійної діяльності в екстремальних умовах досліджують І. Perelygina та Е. Mykhlyuk (Perelygina & Mykhlyuk, 2017). Автори досліджують прояви акцентуацій в процесі адаптації до професійної діяльності у службовців Міністерства надзвичайних ситуацій. Представлені в роботі дані свідчать про більш виражений, ніж у зимівників, рівень акцентуацій характеру та деяку професійну деформацію у службовців. Так, 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 (Михлюк, 2012).

Схожі дані представлені у роботах О. Башкіної (2015), яка досліджувала акцентуації характеру у працюючих в системі режимних установ. Автор дово-

дить, 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 виявляються.

Л. Bakhmutova, що досліджує міжособистісні стосунки серед учасників антарктичних експедицій, доводить, що психологічна адаптація до життєдіяльності в умовах Антарктики пов'язана з особливостями встановлення соціальних зв'язків між членами довготривалих експедицій: чим вищим є соціальний статус зимівника, тим краще відбуваються у нього процеси психологічної адаптації (Bakhmutova, 2019). Зарубіжні дослідники з інших країн, що мають постійно діючі антарктичні станції, також відмічають труднощі адаптації до суворох умов Антарктики, довівши, що психофізіологічна адаптація залежить від рівня психологічної готовності до виконання професійних обов'язків. Так, М. Mehta і G. Chugh встановили, що важливу роль в адаптації до екстремальних 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

Аналіз проведених досліджень щодо ролі акцентуації зимівників в адаптації до екстремальних умов життєдіяльності продемонстрував, що основними типами акцентуацій у досліджуваних за десять попередніх років є наступні (в порядку зменшення): гіпертимний, емотивний, застрягаючий та демонстративний. Вважаємо, що означені акцентуації характеру в основному сприяють успішній психологічній адаптації зимівників до життєдіяльності в умовах Антарктики. Такі типи акцентуацій, які, на нашу думку, можуть заважати психологічній адаптації (конформність, дистимність, тривожність, нестійкість, шизоїдність), мають малий відсоток представлення у досліджуваних, або не представлені взагалі.

Результати дослідження довели, що психологічна адаптація українських зимівників до екстремальних умов має складну ієрархічну будову та формується на основі індивідуальних 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 із загальними закономірностями адаптації, ми вважаємо, що адаптивна поведінка особистості свідчить про високий рівень готовності до життєдіяльності в екстремальних умовах. Така особистість переважно має ефективну адаптацію та сумлінно виконує професійні обов'язки в екстремальних умовах Антарктики. Такі особистості складають більшість зимівників на Українській антарктичній станції «Академік Вернадський».

Література

1. Башкина О. Е. Психологические аспекты профотбора в режимных видах деятельности. *Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие*. 2015. №3 (10). URL: <http://www.humjournal.rzgmu.ru> (дата звернення: 16.07.2020).
2. Безносков С. П. Профессиональная деформация личности. Санкт-Петербург: Речь, 2004. 272 с.
3. Карелин А. А. Большая энциклопедия психологических тестов. Москва: Эксмо, 2007. С. 193–206.
4. Леонгард К. Акцентуированные личности. Киев: Вища школа, 1981. 392 с.
5. Мирошниченко О. А. Роль темперамента зимовщика в процессе адаптации к условиям жизнедеятельности в Антарктике. *Наука і освіта*. 2016. № 7. С. 126–132.
6. Мірошниченко О. А., Моїсеєнко Є. В., Литвинов В. А. Основи психофізіологічних та психологічних умов діяльності: підручник. Житомир: Рута, 2015. 296 с.
7. Мірошниченко О. А. Готовність українських зимівників до життєдіяльності в умовах Антарктики. *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-Skłodowska Universit, С. 242–259.
8. Міхеєнко О. І. Конкретизація сутності поняття «здоров'я» як методологічне підґрунтя практики оздоровлення організму людини. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2013. № 2. С. 42–46.
9. Михлюк Е. І. Вплив акцентуацій особистості на успішність професійної діяльності. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. Харків: Національний університет цивільного захисту України. 2012. Вип. 12, Ч. 2. С. 11–18.
10. Налчаджян А. А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии. Москва: Эксмо, 2010. 386 с.
11. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тексты. Учебное пособие. Самара: «БАХРАХ-М», 2008. 672 с.
12. Bakhmutova L. Factors and models of interpersonal interaction of participants in long-term Ukrainian Antarctic Expeditions. *Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools*. Ottawa, Ontario, Canada. 2019. Vol. 36, No 6. P. 48–55.
13. Mehta M., Chugh G. Achievement Motivation and Adjustment in Members of Indian Scientific Expedition to Antarctica. *Psychological Studies*. 2011. № 56 (4). DOI: <https://doi.org/10.1007/s12646-011-0109-7>.
14. Moiseyenko E., Sukhorukov V., Pyshnov G., Mankovska I., Rozova K., Miroshnichenko O. et al. Antartical challenges the new horizons in predictive, preventive, personalized medicine: preliminary results and attractive hypothesis for multidisciplinary prospective studies in the Ukrainian Akademik Vernadsky Station *EPMA Journal*. 2016. Vol. 11. No 7. DOI: <https://doi.org/10.1186/s13167-016-0060-8>. URL: <http://epmajournal.biomedcentral.com>.
15. Pereylygina L., Mykhlyuk E. The dynamics of manifestation of professionally caused accentuations in employees of the state emergency service of Ukraine. *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-Skłodowska Universit, P. 305–322.
16. Sannikov O. Information system operator: the structure and components of personal choice. *Наука і освіта*. 2016. № 7. P. 133–143.

References

1. Bashkina, O. E. (2015). Psihologicheskie aspekty profotbora v rezhimnykh vidakh deyatel'nosti [Psychological aspects of professional selection in sensitive activities]. *Lichnost v menyayushchemsya mire: zdorove, adaptatsiya, razvitie – Personality in a changing world: health, adaptation, development*, 3 (10). Retrieved from <http://www.humjournal.rzgmu.ru> [in Russian].
2. Beznosov, S. P. (2004). *Professionalnaya deformatsiya lichnosti [Professional personality deformation]*. Saint Petersburg: Rech [in Russian].
3. Karelin, A. A. (2007). *Bolshaya entsiklopediya psihologicheskikh testov. [Big encyclopedia of psychological tests]*. Moscow: Eksmo [in Russian].
4. Leongard, K. (1981). *Aktsentuirovannyye lichnosti [Accentuated personalities]*. Kiev: Vyshcha shkola [in Russian].
5. Miroshnychenko, O. A. (2016). Rol temperamenta zimovschika v protsesse adaptatsii k usloviyam zhiznedeyatel'nosti v Antarktike [The role of the temperament of the winterer in the process of adaptation to the conditions of life in the Antarctic]. *Nauka i osvita – Science and education*, 7, 126–132 [in Russian].
6. Miroshnychenko, O. A., Moiseyenko, Ye. V., & Lytvynov, V. A. (2015). *Osnovy psikhofiziologichnykh ta psykholohichnykh umov diialnosti: pidruchnyk [Fundamentals of psychophysiological and psychological conditions of activity: textbook]*. Zhytomyr: Ruta [in Ukrainian].
7. Miroshnychenko, O. A. (2017). Hotovnist ukrainykykh zymivnykyv do zhyttiediialnosti v umovakh Antarktyky [Readiness of Ukrainian winterers to live in Antarctica]. *Development and modernization of social sciences: experience of Poland and prospects of Ukraine: Collective monograph. (Vol. 1)*. Lublin: Izdevnieciba "Baltija Publishing" [in Ukrainian].
8. Mikheienko, O. I. (2013). Konkretyzatsiia sutnosti poniattia «zdorovia» yak metodolohichne pidgruntia praktyky ozdorovlennia orhanizmu liudyny [Concretization of the essence of the concept of "health" as a methodological basis for the practice of healing the human body]. *Pedahohika, psykholohiia ta medykolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu – Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*, 2, 42–46 [in Ukrainian].
9. Mykhlyuk, E. I. (2012). Vplyv aktsentuatsii osobystosti na uspishnist profesiinoi diialnosti [The influence of personality accentuations on the success of professional activity]. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi*

psykholohii – Problems of extreme and crisis psychology, 12, part. 2, 11–18 [in Ukrainian].

10. Nalchadzhyan, A. A. (2010). *Psihologicheskaya adaptatsiya: mehanizmy i strategii* [Psychological Adaptation: Mechanisms and Strategies]. Moscow: Eksmo [in Russian].

11. Raigorodskiy, D. Ya. (2008). *Prakticheskaya psihodiagnostika. Metodiki i tekstyi. Uchebnoe posobie* [Practical diagnostics. Procedures and tests. Tutorial.]. Samara: Bakhrakh-M [in Russian].

12. Bakhmutova, L. (2019). Factors and models of interpersonal interaction of participants in long-term Ukrainian Antarctic Expeditions. *Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools*, 36(6), 48–55 [in English].

13. Mehta, M., & Chugh, G. (2011). Achievement Motivation and Adjustment in Members of Indian Scientific Expedition to Antarctica. *Psychological Studies*, 56(4). DOI: <https://doi.org/10.1007/s12646-011-0109-7> [in English].

14. Moiseyenko, E., Sukhorukov, V., Pyshnov, G., Mankovska, I., Rozova, K., Miroshnichenko, O. et al. Antarctic challenges the new horizons in predictive, preventive, personalized medicine: preliminary results and attractive hypothesis for multidisciplinary prospective studies in the Ukrainian Akademik Vernadsky Station *EPMA Journal*, 11(7). DOI: <https://doi.org/10.1186/s13167-016-0060-8>. Retrieved from <http://epmajournal.biomedcentral.com/> [in English].

15. Perelygina, L., & Mykhlyuk, E. (2017). The dynamics of manifestation of professionally caused accentuations in employees of the state emergency service of Ukraine. *Development and modernization of social sciences: experience of Poland and prospects of Ukraine: Collective monograph*. (Vol. 1). Lublin: Izdevnieciba "Baltija Publishing" [in English].

16. Sannikov, O. (2016). Information system operator: the structure and components of personal choice. *Science and education*, 7, 133–143 [in English].

Olena Miroshnychenko,

PhD (Candidate of Pedagogical Sciences), associate professor,

Alexandra Gutculyak,

PhD student,

Department of Theoretical and Practical Psychology,

Zhytomyr Ivan Franko State University,

40, Velyka Berdychivska Str., Zhytomir, Ukraine

ROLE OF CHARACTER ACCENTUATION IN THE ADAPTATION OF PERSONALITY TO EXTREME CONDITIONS OF LIFE

The article considers the peculiarities of accentuating the character of Ukrainian winterers and its role in the process of adaptation to the conditions of vital activity in Antarctica. The relevance of the article is based on the fact that Ukraine is one of the 29 countries in the world that have the status of an Advisory Party to the Antarctic Treaty, and for 25 years has the opportunity to explore the White Continent at the Ukrainian Antarctic Station "Academician Vernadsky". Wintering of Ukrainian polar explorers conducting research in the areas approved by the State Program (Earth Sciences, Life Sciences, Physical Sciences) is associated with a long stay in a limited area, which requires adaptation to social isolation, sensory and psychological deprivation in winter. In addition, the psychological adaptation of winterers takes place in harsh climates and largely depends on the psychophysiological characteristics of the expedition. Psychophysiological characteristics of personality, including accentuation of character, play a significant role in the process of adaptation. The aim of the article is to present psychological studies of character accentuations 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 have been analyzed. The concept of psychological adaptation to life in extreme conditions has been specified; the types of accentuations of Ukrainian winterers have been determined; methodological tools of psychological research have been presented. The main accentuations that are characteristic of winterers have been highlighted, and the peculiarities of personality behavior with different types of accentuations have been described. Such results allowed to determine new criteria of psychophysiological and psychological forecasting, and also to confirm necessity of application of psychological researches of Antarctic winterers.

Keywords: character accentuation, accentuated personality, adaptation, vital activity, personality groups of different types of accentuations.

Подано до редакції 07.08.2020