

Федотова Ксения Александровна

аспирант

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный
педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

КЛАССИФИКАЦИЯ СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ

Аннотация: в статье рассмотрена социально-психологическая адаптация, которая является обязательным условием функционирования общества как целого организма. Основными функциями социальной адаптации личности в социальной среде являются формирование ресурсов, определение условий и форм для свободного развития личности.

Ключевые слова: адаптация, личность, социализация, общество.

В настоящее время проблема адаптации является актуальной и подлежит более глубокому исследованию. Этимология слова «адаптация» происходит из латинского *adaptatio*, что значит «приспособление». В науке данное понятие трактуют по-разному, но чаще определяют общее значение – это «взаимодействие живых организмов и окружающей среды, приводящее к наилучшему их приспособлению к жизни и деятельности» [1].

Принято выделять несколько видов адаптации:

1. Биологическая – обеспечивает выживаемость видов к внешним условиям в процессе эволюции. С античных времён до середины 19 века это объяснялось целесообразностью природы. Первым кто дал научное объяснение адаптационного процесса был Чарльз Дарвин, объясняя его на основе естественного отбора.

2. Физиологическая – обеспечивает возможность длительной активной жизнедеятельности организма в изменённых внешних условиях существования, где проявляется пластичность функций организма, позволяющая поддерживать равновесие с условиями среды.

3. Социально-психологическая – обеспечивает процесс взаимодействия личности с социальной средой за счёт умения анализировать текущее состояние, в котором происходит приемлемая координация целей и ценностей.

Уделим большее внимание социально-психологической адаптации. Человек на протяжении всей жизни стремится достичь гармонии между внутренним и внешним миром, согласовывая свои потребности с реальными возможностями. По мере достижения желаемого, повышается адаптированность личности к жизни в обществе.

Выделяют три вида адаптивности:

1. Внутренняя – характеризуется перестройкой систем и функциональных структур личности при изменении среды жизнедеятельности.

2. Внешняя – подразумевает сохранение внутренней личности с сохранением самодостаточности.

3. Смешанная адаптивность – представляет собой совокупность внутренней и внешней, где личность приспосабливается к нормам и ценностям данного общества, но не теряет собственную индивидуальность.

Человек, не имеющий продолжительных внутренних и внешних противоречий быстрее переживает процесс адаптации, свободно выполняет свою роль в обществе, достигает самореализации в своей деятельности.

Социально-психологическая адаптация также может быть определена отношениями внутри группы, которые только начались. Человек вынужден приспосабливаться к этим отношениям, перенимать систему ценностей, норм и правил поведения данного коллектива [3]. Выделяют объективные и субъективные показатели адаптации. Для объективных показателей характерно сужение круга общения, для субъективных как эти изменения человек воспринимает в объективном плане, какую оценку он им даёт.

Некоторые психологи выделяют два типа социально-психологической адаптации:

1. Прогрессивная (активная), где личность достигает полной адаптации, происходят процессы самоизменения, коррекции с соответствиями с

2 <https://phsreda.com>

требованиями среды. Наблюдается активное изменение социальных установок, стереотипов поведения.

2. Регрессивная (пассивная), где личность принимает меняющиеся условия, но в формальном виде. В такой ситуации личность не имеет возможности раскрыться, проявить истинный потенциал, показать себя в творчестве и добиться высоких результатов в собственной реализации.

Лишь прогрессивная адаптация способна привести к истинной социализации, обеспечить психоэмоциональную стабильность, тогда как регрессивный тип приводит личность к неправильному поведению в социуме, не знанию нормативных критериев образа действий и тем самым вынуждает личность преодолевать всё новые и новые проблемные ситуации. А так как личность не имеет ни стереотипов поведения, ни механизмов, возможности адаптироваться к ним у неё нет.

Защитные механизмы психики выступают способом психологической адаптации, они устраняют сильное эмоциональное напряжение, повышают адаптивный потенциал и благоприятно влияют на построение межличностных отношений, к ним стоит отнести: принятие (непринятие) себя, принятие (непринятие) других, эмоциональный комфорт, эмоциональный дискомфорт, внутренний контроль, внешний контроль, доминирование, ведомость, эскапизм.

Понятие социализации очень тесно связано с термином социально-психологической адаптации, так как оба характеризуют взаимозависимые процессы. Социализация – это перенимание социального опыта общества, в котором человек находится в данное время. Удивительно, что в этот момент человек может быть социализированным, но дезадаптированным, а причиной дезадаптации может являться высокая степень социализации.

Социализация личности – это овладение социальным опытом, становление и формирование личности. Психологическая же адаптация выступает одним из главных механизмов социализации. Самореализация, развитие, переход в самодостаточный социальный организм – вот основная цель адаптации личности [2].

Список литературы

1. Крысько В.Г. Социальная психология: курс лекций / В.Г. Крысько. – 3-е изд. – М.: Омега-Л, 2006. – 352 с.
2. Социально-психологическая адаптация: классификация и механизмы [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskaya-adaptatsiya-klassifikatsiya-i-mehanizmy>
3. Свиридов Н.А. Социальная адаптация личности в трудовом коллективе: дис. ... канд. психол. наук / Н.А. Свиридов. – Л., 1974. – С. 68.