

**Зайцев Александр Павлович**

бакалавр, студент

ФГБОУ ВО «Донской государственный технический университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ЛИЧНОСТИ В СОЦИУМЕ**

***Аннотация:** чтобы человек смог выжить в современном обществе, ему необходимо быть готовым к существованию в нем. Каждая личность индивидуальна, и все по-разному могут адаптироваться к условиям жизни в обществе. Важно правильно получить воспитание, чтобы быть готовым к изменяющимся условиям. В данной статье рассмотрим проблему адаптации личности в социуме.*

***Ключевые слова:** адаптация, социум, общество, окружающие люди, влияние социума на личность, индивид, психологическое привыкание, личность в социуме, воспитание личности.*

Проблема социальной адаптации индивидов к условиям жизни в социуме является актуальной проблемой в социальной науке. Объект адаптации - непрерывная и активная адаптация личности к социальной среде и её обстановкам. Уже на уровне определения подчёркивается значимость личности, её главные структурные образования для формирования и конечного успеха адаптации в психологическом аспекте.

Социальная адаптация означает включение индивида в отдельную группу людей со схожими чертами характера и увлечениями. Каждый раз, когда человек начинает увлекаться чем-то новым, тем, что ранее им не исследовано, происходит процесс адаптации его к новому кругу общения.

Адаптация происходит к определенному кругу общества. Этот обособленный круг общения можно получить, разделив людей по следующим категориям:

1. Статус в обществе.
2. Профессия.
3. Схожие качества и характер.

4. Положение в кругу знакомых.

5. Особенности индивида.

6. Возможности личности.

Проанализировав проблемы при адаптации личности и факторы, влияющие на нее, выделим направления процесса адаптации:

1. Направление на внесение изменений в социальной среде.

2. Самосовершенствование.

3. Направленность на выход из сложившейся ситуации.

Рассмотрим каждое направление подробно.

Первое направление можно охарактеризовать следующим образом. Индивид, существуя в социуме, познает его изнутри, исследует разные его проявления.

Если какое-то явление в обществе не будет совпадать с его мнением и чертами характера, то первое направление предполагает изменение этих несоответствий, приближение их к своим понятиям.

Не может быть просто пассивного принятия ценностных ориентаций среды без активного изменения социума, если мы действительно говорим о процессе адаптации.

Так, для этого направления характерно активное влияние личности на окружающую среду, её развитие и приспособление к себе.

Следующее направление предполагает не изменение условий социума, а самосовершенствование. При таком регулировании и адаптации происходит подстройка личности к изменяющимся условиям общества.

Безусловно, это направление более реализуемо, чем первое. Так как предыдущее предполагает изменение окружения, а не самого себя, а это куда сложнее.

Здесь речь идет о полной адаптации индивида к обществу, принятие его таким какой он есть, настраивание себя к такому социуму.

К третьему направлению, его можно назвать смешанным или комбинированным, относится адаптация человека к обществу, а где это возможно,

изменение социального пространства с учетом своих особенностей. При выборе стратегии индивид оценивает:

1) требования социальной среды - её силу, степень ограниченности целей индивида, степень дестабилизирующего воздействия и т. д.;

2) потенциал личности в плане изменений, адаптации среды к себе.

Есть два понятия, с которыми должен быть знаком каждый индивид, это адаптированность и адаптация.

Адаптированность предполагает уже привитый к индивиду уровень приспособленности к обществу. Речь также может идти о неадаптированности человека, то есть предполагается, что он не прошел процесс приспособления к обществу и его изменениям.

Адаптация же – процесс приспособления к изменениям в социуме.

Целесообразным стоит отметить тот факт, что процесс адаптации и социализации зачастую отождествляют.

Анализ литературы показывает, что социальная адаптация является одним из механизмов социализации.

В процессе своей жизни каждый человек обязательно сталкивается с понятием адаптации. У кого-то она проходит положительно, и он приспособливает или приспособливается к условиям общества, у кого-то она заканчивается без каких-либо итогов.

Однако у всех так или иначе с детства начнется данный процесс:

1) от рождения до 1 года – зависимость от взрослых;

2) 1–3 года – копирование поведения членов семьи, адаптация к семье;

3) 3–6 лет – выход в социум, отношение с окружающими, получение от них опыта взаимодействия, первичная адаптация к социуму;

4) 6–10 лет – адаптация к школьной жизни, формирование личности;

5) 10–15 лет – промежуточное становление личности, выделение для себя идеалов, формирование самосознания, принятие процесса адаптации к обществу или же попытка изменить общество, свое окружение под свои качества;

б) 15 лет и выше – формирование конечной личности, конечная стадия адаптации.

Так, выделим последовательные этапы процесса адаптации, который должен пройти каждый индивид для правильного функционирования в общественной среде:

1. Освоение норм и правил в обществе (принятие традиций, обычаев и ценностей в обществе).

2. Терпимость (признание равноценности людей в обществе).

3. Познание новой среды (приспособление к новому окружению, новой обстановке в жизни и деятельности человека. принятие такого общества, которое есть).

4. Полная адаптация личности к новой, постоянно изменяющейся среде жизнедеятельности.

В контексте сегодняшнего социально-экономического развития общества в современном мире, проблема адаптации имеет особую актуальность. Исследования устремлены на раскрытие факторов, помогающих сформировать более действенные формы адаптации и изучение тех элементов социальной ситуации.

Таким образом, индивид в сознательном возрасте при конечной стадии социализации сам сможет решить для себя, какое направление адаптации ему подходит более.

Показатель социальной адаптации является необходимым измерительным инструментом при исследованиях личности, социальных групп, социальных институтов. Он отражает современную ситуацию социального развития.

### ***Список литературы***

1. Козырева П.М. Процессы социальной адаптации россиян в трансформирующемся обществе: дис. ... д-ра социол. наук: 22.00.04 / П.М. Козырева. – М., 2004. – 380 с.

2. Корель Л. В. Социология адаптации: вопросы теории, методологии и методики / Л. В. Корель. – Новосибирск: Наука, 2005. – 423 с.

3. Овшинов А.Н. Общесоциологическая парадигма социальной адаптации / А.Н. Овшинов; Вестник Калмыцкого университета. – 2014. – №4. – С. 81–96.

4. Яковлева Е.П. Теоретико-методологические основания моделирования социальной адаптации: дис. ... канд. филос. наук: 09.00.11 / Е.П. Яковлева. – Якутск, 2002. – 146 с.

5. Бабурин С.В. Проблемы стресса и адаптации в пенитенциарной психологии / С.В. Бабурин // Вестник института: преступление, наказание, исправление. – 2017. – №1 (25). – С. 46–51.

6. Данилова Ж.Л. Психологические основы процесса обучения / Ж.Л. Данилова. – Витебск: ВГУ имени П. М. Машерова, 2020. – 77 с.