(cc) BY

Кедун Людмила Сергеевна
бакалавр пед. наук, педагог-организатор
АНО ОЛШ «Новое поколение»
г. Иркутск, Иркутская область
Бархударян Анушик Снариковна
бакалавр пед. наук, магистрант
Педагогический институт
ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет»
г. Иркутск, Иркутская область

АДАПТАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ ЛИЧНОСТИ: НАУЧНЫЕ ПОДХОДЫ И СУЩНОСТНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Аннотация*: проблема адаптации имеет значение для каждого человека. На протяжении жизни постоянно изменяются условия окружающей среды и внутренней среды, что обусловливает необходимость изменений. Успешность адаптации как процесса на разном уровне обеспечивается адаптационными способностями. Статья посвящена вопросу сущностных характеристик и структуры адаптационных способностей, который в научной литературе является недостаточно раскрытым.*

Ключевые слова*: адаптация, ассимиляция, аккомодация, адаптационные способности, личностный адаптационный потенциал.*

Стремительное развитие современного общества, которое характеризуется динамичными изменениями, значительно повышает требования к способности личности адаптироваться в меняющихся условиях. Проблемы адаптации человека рассматриваются в различных аспектах: приспособление к новым условиям требуется как организму человека, так и его психике, поэтому выделяют разные виды адаптации. В общем виде успешность адаптации личности определяется развитием адаптационных способностей личности.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Значение адаптационных способностей для личности велико, поскольку, благодаря им, обеспечивается успешное функционирование и жизнедеятельность человека в современном мире. В научной литературе проблема адаптационных способностей, прежде всего, рассматривается в контексте изучения понятия «адаптация».

Феномен адаптации является междисциплинарным и выступает предметом изучения целого ряда наук, таких как: психология, социология, физиология, философия, социальная психология. В связи с тем, что в разных областях научного знания понимание адаптации отличается, единого подхода в науке к пониманию сущности адаптации на данный момент не выработано.

В широком смысле слова под адаптацией понимают процесс приспособления к изменяющимся внешним и внутренним условиям. В данном понимании объединяются биологические и социально-психологические аспекты адаптации.

Биологический аспект адаптации связан с приспособлением человека как биологического существа к изменяющимся условиям внешней среды и изменяющемуся состоянию организма. Кроме биологической выделяют также адаптацию психологическую и социальную, которые имеют свои отличительные характеристики.

Психологическая адаптация представляет собой приспособление психики человека к условиям среды жизнедеятельности, а также частным условиям. Процесс психологической адаптации обеспечивается на основе прошлого опыта, а также психологических, психофизиологических и других особенностей человека.

Социальная адаптация отражает приспособление индивида к условиям социальной среды в формировании системы отношений с социальными объектами взаимоотношения личности и социальной группы.

Развитие современных представлений об адаптации способствовали идеи, заложенные в концепции Ж. Пиаже. Им подробно рассмотрены механизмы адаптации человека к окружающей среде. Первым механизмом выступает ассимиля-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

ция, которая представляет собой совокупность интеллектуальных действий индивида, направленных на включение факторов окружающей среды в сформированные когнитивные структуры. Второй механизм – аккомодация имеет обратный характер и отличается тем, что при нём собственная активность человека направлена на изменение сформировавшихся когнитивных структур. Процесс ассимиляции способствует преобразованию элементов среды в соответствии с собственными структурами. Оба эти процесса являются взаимосвязанными [7, с. 45].

В научной литературе представлен ряд концепций относительно разных видов адаптации. В работах Ф.Б. Березина рассматривается психическая адаптация, под которой понимается процесс оптимального соответствия личности и окружающей среды в ходе осуществления деятельности, благодаря чему человек должен удовлетворить свои значимые потребности [1, с. 28].

Концептуальные положения о социальной адаптации содержатся в работах А.А. Реана. Он выделяет ряд критериев, которые, на его взгляд, определяют успешность социальной адаптации. Таковыми критериями он называет: стремление к самоактуализации и возможность наиболее полной реализации этого стремления [7, с. 38].

А.Н. Жмыриковым разработана модель социальной адаптации интегративного типа, в ней выделены следующие критерии адаптированности: выходные параметры деятельности личности, степень интеграции с окружающей средой; степень реализации внутриличностного потенциала; эмоциональное самочувствие [4, с. 8].

Наряду с выделением характеристик адаптации как феномена ещё одним предметом изучения является вопрос о том, чем определяются возможности адаптации личности, какова роль индивидуально-психологических характеристик в способности личности адаптироваться и что представляют собой адаптационные способности.

Анализ психолого-педагогических исследований показывает, что термин «адаптационные способности» на данный момент в научной литературе раскрыт

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

недостаточно: существуют трудности, связанные с рассмотрением понятий «адаптация» и «адаптационные способности» как синонимичных, выделением схожих понятий (адаптивные способности), что затрудняет выделение характеристик адаптационных способностей.

В работе М.В. Григорьевой под адаптационными способностями понимаются индивидуально-психологические особенности личности, которые обуславливают выбор наиболее эффективных способов адаптации к окружающей среде. Адаптационные способности, по мнению М.В. Григорьевой, являются результатом взаимодействия психофизиологических, психических и социально-психологических явлений, которые обеспечивают достижение равновесия в системе «личность-среда» [3].

А.С. Пакулина раскрывает содержание адаптивных способностей, под которыми понимает индивидуально-психологические особенности личности, которые формируются на основе единства сознания и деятельности и проявляются в успешности и качественном своеобразии приспособительного поведения личности. А.С. Пакулиной выделена структура адаптивных способностей, которая состоит из взаимосвязанных психических свойств, таких как рефлексия, мотивация, саморегуляция и эмпатия. Автор считает, что факторами, влияющими на развитие адаптивных способностей, выступают преобладающее функционирование в личности рефлексивно-мотивационных процессов сознания и адекватная реализация адаптивно-защитного комплекса [6, с. 72].

М.В. Григорьева считает, что адаптационные способности имеют сложную и многоуровневую структуру, которая состоит из целого ряда составляющих, таких как: когнитивные, эмоциональные, мотивационные и социально-психологические. Процесс развития адаптационных способностей является сложным, многоплановым и нелинейным. В этом процессе происходят разнородные изменения [3].

А.Г. Маклаков индивидуально-психологические особенности личности, влияющие на процесс адаптации, обозначает термином «личностный адаптаци-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

онный потенциал», который по своим характеристикам схож с понятием адаптационные способности. В качестве характеристик личностного адаптационного потенциала, который влияет на адекватность поведения и эффективность деятельности, А.Г. Маклаковым называются нервно-психическая устойчивость, самооценка личности, ощущение социальной поддержки, моральная нормативность, уровень групповой идентификации [5, с. 19].

В личностном адаптационном потенциале объединяются как природные предпосылки в виде адаптационных способностей, так и качества, свойства, которые составляют ресурсы адаптации и влияют на адаптационный процесс. По мнению А.М. Богомолова, адаптационные способности – это, прежде всего, динамические свойства, которые имеют отношение к нервной системе, в частности, свойства темперамента, а также длительность и интенсивность адаптационного ответа на возникающие изменения во взаимодействии с окружающей средой, которые влияют на способность к адаптации. А.М. Богомолов, характеризуя адаптационные ресурсы личности, указывает, что их соотношение у каждого человека индивидуально, в результате чего может быть составлен профиль ресурсов. Между ресурсами формируются связи, которые и определяют структуру адаптационного потенциала [2, с. 69].

Таким образом, обозначив позиции ряда исследователей к пониманию адаптации и адаптационных способностей, мы можем сделать вывод о том, что адаптационные способности – это психофизиологические характеристики личности, которые обуславливают энергетические и динамические особенности реагирования на изменения внешней среды, а также особенности когнитивных процессов, влияющих на процесс адаптации (гибкость мышления).

Список литературы

1. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. – Л., 1988. 270 с.

2. Богомолов А.М. Личностный адаптационный потенциал в контексте системного анализа // Психологическая наука и образование. – 2008. – №1. – С. 67–73.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

3. Григорьева М.В. Роль адаптационных способностей учащихся в процессе взаимодействия с образовательной средой // Изв. Сарат. ун-та Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. – 2012. – №3 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://cyberleninka.ru/article/n/rol-adaptatsionnyh-sposobnostey-uchaschihsya-v-protsesse-vzaimodeystviya-s-obrazovatelnoy-sredoy (дата обращения: 13.09.2020).

4. Жмыриков А.Н. Диагностика социально-психологической адаптированности личности в новых условиях деятельности и общения: автореферат дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / ЛГУ. – Л., 1989. 15 с.

5. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22. – №1. С. 16–24.

6. Пакулина С.А. Адаптивные способности студентов педагогического вуза: структура, факторы и средства развития. – М.: Изд-во СГУ, 2008. – 200 с.

7. Пиаже Ж. Что такое высшая психика? – М: Астер-Х, 2007. – 116 с.

8. Реан А.А. Психология адаптации личности: анализ, теория, практика. — СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. – 479 с.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)