(cc) BY

Сагайдак Наталья Николаевна
студентка
Спирина Мария Леонидовна
канд. пед. наук, доцент
ФГБОУ ВО «Армавирский государственный
педагогический университет»
г. Армавир, Краснодарский край

ПОНЯТИЕ «АДАПТАЦИЯ» В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

Аннотация*: в статье раскрыто понятие «адаптация», а также ее виды: биофизиологическая и социально-психологическая, охарактеризованы также критерии адаптированности. В работе описаны различные авторские подходы к понятию адаптации.*

Ключевые слова*: адаптация, виды адаптации, ассимиляция, аккомодация, критерии адаптированности.*

В современных условиях динамичного развития общества проблема психологической адаптации продолжает актуализироваться.

Термин «адаптация» происходит от латинского пригодный, удобный», «приспособление». Понятие адаптации (приспособления) играет важную роль в разных отраслях современной науки и, конечно, же в психологии. Различают два вида адаптации: биофизиологическую и социально-психологическую. Социально-психологическая представляет собой процесс приобретения людьми определенного социально-психологического статуса, овладение теми или иными социально-психологическими ролевыми функциями. В процессе социально-психологической адаптации человек стремится сам достигнуть гармонии между внутренними и внешними условиями жизни и деятельности [2, с. 245].

Французский физиолог К. Бернар выдвинул гипотезу о том, что любой живой организм существует благодаря возможности постоянно сохранять благоприятные для своего существования параметры внутренней среды организма. Бернар первый сформулировал идею о том, что постоянство внутренней среды –

условие любой жизни. В дальнейшем американский физиолог У. Кэннон развил данную теорию и назвал это идеальное состояние гомеостазом [1, с. 97].

Реализация процесса психической адаптации, по словам Ф.Б. Березина, обеспечивается сложной многоуровневой функциональной системой, на разных уровнях которой регулирование осуществляется преимущественно психологическими (социально-психологическими и собственно психическими) или физиологическими механизмами. В общей системе психический адаптации выделяется три основных уровня или подсистемы: психофизиологический, собственно психический и социально-психологический [3, с. 183].

Одним из первых идею об изменении организма и среды, как сторонах процесса адаптации, высказал в своих работах Ж. Пиаже. Под ассимиляцией понимается совокупность интеллектуальных действий индивида, направленных на включение факторов окружающей среды в уже сложившиеся у него когнитивные структуры: «...психическая ассимиляция есть включение объектов в схемы поведения, которые сами являются не чем иным, как перечнем действий, обладающих способностью активно воспроизводиться» Ученый подробно описал два основных механизма, способствующих приспособлению человека к условиям окружающей среды: ассимиляцию и аккомодацию.

Большинство исследователей, изучая тот или иной аспект адаптации, объединяют в две большие группы: объективные (внешние) и субъективные (внутренние), которые, в свою очередь, также подразделяются на категории [1, с. 79]. Так, В.Н. Безносиков к объективным критериям, определяющим адаптированность молодого рабочего на производстве, относит показатели производственной деятельности субъекта адаптации, такие, как норма выработки, процент брака, а также квалификационный разряд, стаж работы, официальный статус, образование и т. д. Субъективные критерии, в свою очередь, подразделяются этим автором на две категории: 1) собственно субъективные, т. е. самооценка субъекта адаптации; 2) субъективно-объективные, когда адаптант является объектом оценки его состояний относительно объективным (экспертным) методом. К первой категории относятся такие показатели, как: удовлетворенность, отношения,

ценностные ориентации, направленность, социальные установки и т. д. Ко второй категории автор относит широкий набор критериев, основанных на обобщении оценок социального поведения адаптанта, например: соблюдение трудовой дисциплины, общественная активность, стремление к повышению профессиональной квалификации и т.д. [1, с. 67].

Таким образом, с учетом сказанного, социально-психологическую адаптированность следует определять как «такое состояние взаимоотношений личности и группы, когда личность без длительных внешних и внутренних конфликтов продуктивно выполняет свою ведущую деятельность, удовлетворяет свои основные социогенные потребности, в полной мере идет навстречу тем ролевым ожиданиям, которые предъявляет к ней эталонная группа, переживает состояния самоутверждения и свободного выражения своих творческих способностей. Адаптация же – это тот социально-психологический процесс, который при благоприятном течении приводит личность к состоянию адаптированности.

Проведенный анализ показывает, что понятие адаптации способно сыграть важную роль в психологическом познании, если трактуется не узко (как приспособление к среде), а широко, как единство взаимообусловленных противоположно направленных процессов уравновешивания субъекта со средой. Тем самым облегчается понимание человеческой деятельности – не исключая ее высших творческих взлетов – как определенного фрагмента, звена бытия, причем такого звена, которое, при всей своей специфичности, подчиняется общим принципам детерминизма.

Список литературы

1. Донцов А.И. Социальные стереотипы: вчера, сегодня, завтра / А.И. Донцов, Т.Г. Стефаненко // Социальная психология в современном мире: Учебное пособие для вузов. – М., 2002.

2. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности / К.А. Абульханова-Славская. – М., 1980. – 335 с.

3. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М., 1982. – С. 183–185.