

Кулумбегова Луиза Александровна

педагог-психолог

МАДОУ Д/С №74 КВ

г. Владикавказ, Республика Северная Осетия – Алания

К ВОПРОСУ ОБ АДАПТАЦИОННОМ ПОТЕНЦИАЛЕ ЛИЧНОСТИ

***Аннотация:** в данной статье автором рассматриваются понятие «адаптация», а также подходы к изучению проблемы адаптационного потенциала личности. Изучаются условия, способствующие формированию личностного потенциала.*

***Ключевые слова:** адаптация, личность, адаптационный потенциал личности, психологические особенности.*

В настоящее время многополярный мир вступил в эпоху активных изменений и поисков дальнейших перспектив развития. Динамично развивающееся общество предъявляет повышенные требования к социальной мобильности личности.

В связи с этим, изучение проблемы социально-психологической адаптации личности к новым, постоянно изменяющимся реалиям, становится принципиально важным в теоретико-экспериментальных исследованиях. В настоящее время в научной литературе существует множество определений понятия «адаптация», которые трактуются далеко неоднозначно. Феномен адаптации является объектом междисциплинарного исследования, поскольку может быть применен к различным аспектам приспособления: биологического, психологического, социального.

Адаптация (от латинского *adaptare* – приспособлять) – в широком смысле слова, когда объединены два аспекта – биологический и социальный – есть приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям.

Потенциал – существенный параметр для измерения личностного и профессионального роста каждого.

Понятие о личностном адаптационном потенциале идет от концепции адаптации и оперирует традиционными для этой научной парадигмы терминами.

Представляется, что потенциал можно определить как личностный ресурс, реализуемый в наличной или предполагаемой ситуации. Изучение потенциала как ресурса, активно проявляемого индивидом в окружающей среде в процессе адаптации, позволяет определить его как адаптационный потенциал.

Как известно, адаптационные возможности личности не безграничны и во многом определяются индивидуально-психологическими характеристиками. Какова же их роль в адаптационном процессе?

А.Г. Маклаковым, например, данные психологические особенности определены как личностный адаптационный потенциал (ЛАП), позволяющий дифференцировать людей по степени устойчивости к стрессовым ситуациям [1].

Вообще, понятие «личностный адаптационный потенциал» было введено сравнительно недавно, но на данный момент стало достаточно распространенным. По мере внедрения данного понятия стало понятно, что личностный адаптационный потенциал явление разноплановое и фактически не изучено.

Исследователи разных лет традиционно рассматривали потенциал как «скрытые возможности», «источник» в достижении к целям, как ту «внутреннюю направленность», которая придает человеческой жизни высшее значение и ценность.

С позиции психологии, исследующей потенциал как психологическое явление, он представляет собой процесс непрерывного самосовершенствования и стремления к достижению вершин личностного профессионального развития человека и реализации творческих возможностей и способностей.

Адаптационный потенциал представляет собой совокупность всех субъективных качеств и способностей личности, позволяющих ей успешно адаптироваться к окружающим условиям.

Адаптационный потенциал личности является интегративным феноменом, включающим те характеристики и особенности личности (личностных свойств,

физического и психического здоровья, характера, мировоззрения и т. д.), которые повышают его способность устанавливать с окружающим миром и самим собой гармоничные отношения.

А.Г. Маклаков также отмечает, что психологическими характеристиками личностного адаптационного потенциала являются: нервно-психическая устойчивость, самооценка личности, ощущение социальной поддержки, особенности построения контакта с окружающими, опыт социального общения, моральная нормативность личности, уровень групповой идентификации [1]. Адаптационные способности, по его мнению, обеспечивают нормальную работоспособность и высокую эффективность деятельности при воздействии психогенных факторов внешней среды. Чем выше уровень развития этих характеристик, тем выше вероятность успешной адаптации человека и тем значительнее диапазон факторов внешней среды, к которым он может приспособиться.

Аналогичную точку зрения мы встречаем в работе С.А. Ларионовой: «степень социально-психологической адаптированности определяется адаптационными ресурсами личности и особенностями конкретной среды, в условиях которой происходит удовлетворение базовой потребности личности в позитивном отношении, что представляется возможным лишь в случае соответствия результатов деятельности личности требованиям социума [2].

Личностный потенциал, согласно Д. Леонтьеву, является интегральной характеристикой уровня личностной зрелости [3].

Одна из специфических форм проявления личностного потенциала – это преодоление личностью неблагоприятных условий ее развития. Эти неблагоприятные условия могут быть заданы генетическими особенностями, соматическими заболеваниями, а могут – внешними неблагоприятными условиями. Существуют заведомо неблагоприятные условия для формирования личности, они могут действительно роковым образом влиять на развитие, но их влияние может быть преодолено, опосредовано, прямая связь разорвана за счет введения в эту систему факторов дополнительных измерений, прежде всего самодетерминации на основе личностного потенциала.

И.А. Короткова, В.А. Кулганов, Л.С. Шенберг оценивают адаптационный потенциал личности как совокупность индивидуально-психологических признаков, уровень развития которых, соответственно, определяет границы потенциала и вероятность успешной адаптации к широкому диапазону факторов внешней среды [4].

С.Т. Посохова предполагает, что адаптационный потенциал является интегральным образованием, объединяющим в сложную систему социально-психологические, психические, биологические свойства и качества, актуализируемые личностью для создания и реализации новых программ поведения в измененных условиях жизнедеятельности [5].

А.М. Богомолов рассматривает личностный адаптационный потенциал как системное свойство, как способность личности к структурным и уровневым изменениям (под влиянием адаптогенных факторов) качеств и свойств, что повышает ее организованность и устойчивость [6].

В перечисленных подходах общим является изучение потенциала как ресурса, активно проявляемого индивидом в окружающей среде.

Личностный потенциал формируется под воздействием субъективных (внутренних) и объективных (внешних) условий. При этом, чем выше личностный потенциал, тем более гармонично взаимодействие человека с окружающим миром, тем больше возможностей для личностного и профессионального роста самого человека. Потенциал отдельно взятой личности превращается в социальную ценность через механизмы самореализации.

Представление о развитии человека связывается с раскрытием имеющегося потенциала и закреплении формируемых свойств; а «рост» – связывается с приобретением новых свойств и качеств. И развитие, и рост неразрывно связаны в эволюции человека и человеческого познания.

Важнейшее условие эффективного функционирования личности – способность изменять свои цели и стратегии их достижения. Адаптивный человек спо-

собен корректировать свои цели и планы, чтобы использовать новые возможности, а также может согласовывать противоположные требования: единообразие и разнообразие, стабильность изменения, адаптацию и саморегуляцию.

Успешность адаптационного процесса зависит от выбора жизненных стратегий, определяется умением предвидеть ситуацию, прогнозировать исход событий.

Таким образом, представляется возможным рассмотрение личностного адаптационного потенциала как совокупность психологических особенностей личности, обеспечивающих ее устойчивость к экстремальным ситуациям, как способность личности к структурным и уровневым изменениям под их влиянием.

Список литературы

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

2. Ларионова С.А. Концептуальная модель социально-психологической адаптации личности // Ежегодник Российского психологического общества: Материалы 3-го Всероссийского съезда психологов. 25–28 июня 2003 г. В 8 Т. – СПб., 2003. – Т. 5. – С. 39–42.

3. Леонтьев Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. Вып. 1 / Под ред. Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2002. – С. 56 – 65.

4. Короткова И.А. Исследование адаптационного потенциала личности у подростков и молодежи: Материалы научно-практической конференции // Ананьевские чтения – 2005 / Под ред. Л.А. Цветковой, Л.М. Шипицыной. – СПб.: СПбГУ, 2005. – С. 578–580.

5. Посохова С.Т. Психология адаптирующейся личности: Монография. – СПб., 2001.

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