

4. Бандурка А.М., Бочарова С.П., Землянская Е.В. Психология управления. Харьков-Симферополь, 1998.

5. Забродин Ю.М. Проблемы разработки практической психологии. Психологический журнал, т.1, №2, 1980, с.5-18.

6. Ломов Б.Ф. Теория, эксперимент и практика в психологии. / Психологический журнал, №1, 1980, с.8-14.

7. Первая научно-техническая конференция по проблемам психологической службы в технических вузах. Психологический журнал, т.4, №2, 1983, с. 154-159.

8. Психологическая служба в СССР: ее задачи, содержание и организация (Круглый стол). Вопросы психологии, 1979, №2, №3, №4.

Вышинская Е.Г.

Проблема адаптации в условиях современности

Проблема адаптации, как в прошлом, так и в настоящем времени вызывает к себе интерес исследователей различных направлений, являясь одним из центральных теоретических понятий во многих западных и отечественных концепциях. Однако сегодня изучение проблемы психической адаптации человека к различным факторам становится наиболее актуальным в связи с бурными научно-техническими и социальными преобразованиями. Особенно значимой данная проблема становится, когда речь заходит о молодом поколении, перед которым встает важнейшая задача приспособиться к быстрым темпам современной жизни, адаптироваться к постоянно изменяющимся условиям жизнедеятельности и, более того, найти свое место, свое предназначение.

Интерес к удивительной способности организма приспосабливаться к изменяющимся условиям существования возник у человечества с давних времен. Еще Аристотель считал адаптацию свойством, которое изначально присуще любому организму. В системе категорий биологии адаптация занимает свое место наряду с такими, как воспроизведение, наследственность, изменчивость, отбор и развитие [2].

Н.А.Агаджанян, формулируя основную сущность современного понимания проблемы адаптации, указывает на важность целостного рассмотрения множественных аспектов этой проблемы. Н.А.Агаджанян также справедливо отмечает тот факт, что для того чтобы поставить человека в центре научного и технического мира и направить научно-технический прогресс на службу человечества, необходимо глубокое знание биологических основ жизнедеятельности и физиологических механизмов адаптации человека к новой среде [1, С.19]. Он подчеркивает, что адаптация нередко отождествляется с самим понятием жизни, так как жизнь на всех этапах эволюционного развития несла в себе приспособительные свойства; и считает, что адаптивные возможности человека проявляются лишь в реальных условиях жизни, которые требуют максимальную мобилизацию этих самых возможностей. Свойство адаптации живой системы

Н.А.Агаджанян определяет как меру индивидуального здоровья[1].

Таким образом, на сегодняшний день адаптацию можно отнести к таким понятиям, которые «зародившись в специальных науках, ...переросли их рамки и, обогатившись идеями современного естествознания и техники, приобрели новое содержание» [9, С.30]. От биологического понимания адаптации наука перешла к социальной трактовке данного понятия.

Так, современная психология и социология рассматривает понятие «социальная адаптация» как процесс и результат установления определенных отношений между личностью и средой.

А.В.Петровским адаптация индивида рассматривается в качестве одного из компонентов акта персонализации, заключающемся в присвоении индивидом социальных норм и ценностей [8].

К.К.Платонов также рассматривал адаптацию на уровне организма и определял ее как процесс приспособления к внешним изменениям, выделяя три, взаимосвязанных между собой, вида адаптации: физиологическую, социально-психологическую и профессиональную [5, 7].

А.А.Налчаджян считает, что разработка полноценного научного определения социально-психической адаптации возможна только на основе идеи онтогенетической социализации, понимаемой автором, как такой процесс взаимодействия индивида и среды, в ходе которого, разрешая различные проблемные ситуации в сфере межличностных отношений, индивид приобретает навыки социального поведения, которые в целом имеют адаптивное значение. Каждый процесс преодоления проблемных ситуаций, согласно А.А.Налчаджяну, - процесс социально-психической адаптации личности. Состояние, когда личность не переживает конфликтов, удовлетворяет свои основные социогенные потребности, развивает свой творческий потенциал, соответствуя при этом тем требованиям, которые предъявляет к ней референтная группа, называется состоянием социально-психической адаптированности [4].

Кроме того, А.А.Налчаджян отмечает, что социально-психическая адаптация личности не

сводится к конформизму. Конформистское поведение является только одной из возможных стратегий адаптации. Длительная приверженность к данной стратегии может стать предпосылкой возникновения внутренних конфликтов [4].

Как уже было отмечено, проблема адаптации интересует многих ученых современности. Большое практическое значение имеют исследования, касающиеся адаптации студентов к высшему учебному заведению. В ходе анализа результатов различных исследований по данной проблеме, было выяснено, что успешность адаптации зависит от ряда индивидуально-психологических показателей, знание которых может способствовать на практике повышению уровня адаптированности студентов.

Так Л.В.Финькевич отмечает, что целесообразно выделение трех основных направлений осуществления адаптации студенческой молодежи – академическая адаптация; социальная, которая определяет успешность взаимодействия в новом межличностном пространстве; личностная – адаптация к новой в структуре личности социальной роли студента. Л.В.Финькевич подчеркивает, что для полноценной адаптации необходима адаптивность по всем трем направлениям [10, С.183].

В результате некоторых исследований было определено, что существует взаимосвязь между социально-психической адаптацией студента и степенью его самоактуализации и доказано, что легче и лучше адаптируются студенты с высоким уровнем самоактуализации. Они легко приспосабливаются к новым условиям, изменяют свое поведение в соответствии с ситуацией, устойчивы к стрессам, менее тревожны. Также было отмечено, что высокосамоактуализирующиеся студенты имеют положительное представление о себе, принимают себя в совокупности своих достоинств и недостатков, уверены в себе и имеют потребность в доминировании, что, безусловно, влияет на степень их социально-психологической адаптации [6].

В тоже время была установлена взаимосвязь между статусом студента в группе и уровнем его адаптации [3,10]. Каждая личность, попадая в новые условия и новые межличностные отношения, стремится расширить сферу социальных контактов, построить необходимые модели поведения. Считается, что использовать адекватные когнитивные механизмы адаптации к изменяющемуся межличностному контексту способна лишь эмоционально благополучная личность. Отмечается также, что эмоциональное самочувствие студента в группе зависит от того, каким образом им осознается межличностное взаимодействие, как он оценивает отношение к себе членов группы, и какой статус в группе при

этом занимает. В исследовании, проведенном О.Я.Коломинской и Т.Г.Русальской, была обнаружена положительная взаимосвязь между статусным положением студента и показателями адаптации, т.е. студенты, получившие наибольшее количество выборов, имеют высокие показатели адаптации [3].

Следует отметить, что обучение в вузе становится для молодого поколения своеобразным испытанием, где необходимо суметь реализовать максимум своих потенциальных возможностей. Успешная адаптация в данном случае может стать залогом успеха. От правильности решения этой научно-практической проблемы зависит решение многих узловых вопросов современности, одним из которых является повышение успешности молодого поколения на пути к своему становлению.

Литература

Агаджанян Н.А. Адаптация и резервы организма. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 76 с.

Вопросы психической адаптации. – Новосибирск: АМН СССР, 1974. – 240 с.

Коломинская О.Я., Русальская Т.Г. Процесс адаптации студентов в групповой динамике межличностного взаимодействия // Психология, 2004. - № 2. – С. 31-36.

Налчаджян А.А. Социально-психическая адаптация личности. – Ер.: Изд-во АН АрмССР, 1988. – 263 с.

Пергаменщик Л.А. Социально-психическая адаптация человека к кризисным событиям жизненного пути.: Автореф. дисс. ... д-ра психол. наук. – Мн.: БГПУ им. М. Танка, 1999. – 40 с.

Петрова Н.И. Уровень самоактуализации студентов и их социально-психологическая адаптация // Психологический журнал, 2003. – Том 24. - № 3. – С. 116 – 120.

Погодин И.А. Индивидуально-личностные детерминанты адаптационного процесса (феноменологический и структурно-динамический аспекты): Монография. – Витебск: ВГУ, 2002. – 186 с.

Психология развивающейся личности / Под ред. А.В.Петровского. – М.: Педагогика, 1987. – 240 с.

Философские проблемы теории адаптации / Под ред. Г.И.Царегородцева. - М.: Мысль, 1975. – 277 с.

Финькевич Л.В. Социальное самоопределение студентов как условие адаптации к новой роли // Психосоциальная адаптация в трансформирующемся обществе: проблемы и перспективы.: Мат. Междунар. конф. – Мн, 2003. – 224 с.